

BIO Potager de saison

Fiches pratiques

SPÉCIAL ÉTÉ

Un régal de saison

Fruits

Fraises, groseilles, framboises, mûres

POTIRON

Légume à redécouvrir

TOMATES

Des saveurs multiples

SALADES

Une variété incroyable

CONSEILS

Améliorer les rendements



MAGAZINES, JOURNAUX, CARNETS, ENVELOPPES...

LA BOUCLE DU RECYCLAGE DES PAPIERS

20 kg : c'est le poids moyen des papiers triés par habitant et par an. Cahiers, papiers brouillon, catalogues, enveloppes, magazines... tous les papiers se recyclent. Pour leur donner une nouvelle vie, il suffit de bien les trier. Découvrez les grandes étapes de la boucle de recyclage des papiers.

1. LE TRI

À la maison, au bureau, en vacances, nous déposons tous nos papiers dans le bac ou le point de collecte le plus proche. Pas besoin de les froisser, de les déchirer, ni d'enlever les agrafes ou les spirales.



Près de 3 millions de tonnes de papiers graphiques sont commercialisées en France, fabriquées à partir de pâte à papier vierge ou de papiers recyclés.



5. L'IMPRIMERIE

Le papier recyclé est utilisé notamment pour fabriquer de nouveaux supports : journaux, livres, cahiers...



2. LA COLLECTE

Les papiers et les emballages recyclables sont collectés par les ripeurs et transportés jusqu'au centre de tri le plus proche.



3. LE CENTRE DE TRI

Les papiers sont séparés des emballages recyclables manuellement et à l'aide de machines qui détectent les différents matériaux.



4. L'USINE PAPERIÈRE

En les mélangeant à de l'eau, les papiers deviennent de la pâte à papier. Nettoyée, étalée puis séchée, cette pâte est transformée en feuille géante de papier recyclé et enroulée en bobine.



Potager ^{BIO} de saison

Édité par Entreprendre (LAFONT PRESSE)
53, rue du Chemin Vert - CS 20056
92772 Boulogne-Billancourt Cedex
www.lafontpresse.fr
Tél. : 01 46 10 21 21

Directeur de la publication et de la rédaction :
Robert Lafont - robert.lafont@lafontpresse.fr

Secrétaire générale des rédactions :
Isabelle Jouanneau - Tél. : 01 46 10 21 21
isabelle.jouanneau@lafontpresse.fr

■ **RÉDACTION**
53 rue du Chemin Vert - CS 20056 - 92772 Boulogne-Billancourt Cedex
Tél. : 01 46 10 21 21
Rédaction : Marianne France Willem, Ombeline Sauvage, Hervé Gardinier,
Michel Fleury, et les rédactions de Lafont presse

■ **ADMINISTRATION**
Directeur comptable :
Didier Delignou - didier.delignou@lafontpresse.fr
Comptables :
Mélanie Dubuget - Tél. : 01 46 10 21 28
melanie.dubuget@lafontpresse.fr
Alizée Dufraisse - Tél. : 01 46 10 21 03
alizee.dufraisse@lafontpresse.fr

■ **PUBLICITE & PARTENARIATS**
Éric Roquebert
eric.roquebert@lafontpresse.fr
Francis Dominguez - Tél. : 06 98 99 89 32
francis.dominguez@lafontpresse.fr

■ **FABRICATION**
Impression : Roto Champagne (52 - Chaumont)
COMMUNICATION ENVIRONNEMENTALE : Origine du papier :
Norvège - Taux de fibres recyclées : 0% - Ce journal est
imprimé sur du papier porteur de l'Ecolabel Européen sous
le numéro : - NO/011/002 - Eutrophisation : PTot 0.022 Kg/t.

■ **DIFFUSION PRESSE**
Isabelle Jouanneau - Tél. : 01 46 10 22 22
isabelle.jouanneau@lafontpresse.fr
Distribution : MLP - Tondeur (Belgique)

■ **ABONNEMENTS**
Hanane Rahmani et Korotoumou Coulibaly
abonnement@lafontpresse.fr

Potager Bio de saison est édité par Entreprendre (Société anonyme au capital de 246
617,28€) - RCS NANTERRE 403 216 617 SIRET : 403 216 617 000 23 NAF : 5814Z SA
53 rue du Chemin Vert 92100 Boulogne-Billancourt
Tél. : 01.46.10.21.21 - Fax : 01.46.10.21.22

Toute reproduction, même partielle, des articles et iconographies publiés dans
Potager Bio de saison sans l'accord écrit de la société éditrice est interdite,
conformément à la loi du 11 mars 1957 sur la propriété littéraire et artistique. La
rédaction ne retourne pas les documents et n'est pas responsable de la perte ou de la
détérioration des textes et photos qui lui ont été adressés pour appréciation.
N° de commission paritaire : en cours
N°ISSN : ° 2609-7508
Dépôt légal à parution
Avertissement : L'éditeur se réserve la possibilité de republier certaines enquêtes ou
reportages des titres Lafont presse.

Les magazines découvertes
A lire sur www.lafontpresse.com



Economie : Entreprendre, Placements, C'est votre argent !
People : Journal de France, Intimité, Intimité Dimanche, Spécial Dernière, Spécial
France, Paris confidences, Le meilleur, Enquêtes magazine, Crimes magazine, Spécial
Police, Histoires vérité, Souvenirs Souvenirs, Chanson magazine, Numéro Spécial, Al-
bum, Album spécial, Johnny magazine, Johnny actualité, Reines & Rois, Royauté.
Auto : L'essentiel de l'Auto, Auto magazine, Pratique Auto, Automobile verte, Collection
Auto, Automobile revue Alpine, L'essentiel Ferrari, L'essentiel Porsche, Tracteurs maga-
zine, La revue du tracteur, Le magazine de l'aviation, L'essentiel du Drone.
Sport : Le Foot, Football magazine, Le Foot magazine, Spécial Champions, Rugby ma-
zine, France Basket, Handball magazine, Le quotidien du sport, Le quotidien du sport
album, Le Sport, Cyclisme magazine, Auto sport magazine.
Féminin : Féminin Psycho, Santé revue, Santé Info, Dossier santé, Santé revue Seniors,
Féminin senior santé, Le magazine des femmes, Votre beauté.
Maison-Déco : Maison Décoration, Maison campagne & jardin, Jardiner, Info Jardin,
Potager pratique, Potager bio de saison.
Centres d'intérêts : Spécial Chats, Spécial Chiens, Spécial Animaux, Stop Arnaques,
Pêche magazine, Chasse magazine, France Patrimoine, Spécial Seniors, Féminin Senior.
Cuisine : Cuisine magazine.
Information-Culture : Science magazine, L'essentiel de la Science, La revue de la
Science, OVNIS magazine, Spécial Paranormal, Question de Philo, L'événement maga-
zine, Géostratégie magazine, Diplomatie internationale, Entreprendre international,
Biographie magazine, Grands Hommes, Spécial Histoire, Les dossiers de Spécial His-
toire, Histoire française, Album Histoire.

INVESTIR EN BOURSE

Entreprendre (Lafont presse), groupe indépendant
éditeur de 80 magazines publiés en kiosques, est coté
sur Euronext Growth (code ALENR).
Participez à son développement.

www.lafontpresse.fr

LE QUOTIDIEN DU SPORT

Entreprendre

Sommaire



SPÉCIAL ÉTÉ Un régal de saison

LES STARS DU POTAGER

04 Potiron, un légume bien en forme

JARDINER PRATIQUE

08 50 trucs et astuces de jardinage

POTAGER

18 Tomate

PLANTER

20 Les fleurs d'été

LES STARS DU POTAGER

26 Cultivez vos propres salades !

32 Fraise

34 Framboise

36 Groseilles

38 Mûres

PRENDRE SOIN DE SON JARDIN

40 Main verte au naturel

45 Fiches pratiques

PROCHAIN NUMÉRO LE 24 AOÛT 2024

ABONNEZ-VOUS

et renvoyez ce bon dûment rempli à Lafont presse
53 rue du Chemin Vert - CS 20056
92772 Boulogne-Billancourt Cedex



- Je m'abonne à Potager Bio de saison et profite de 20% de remise. Je reçois 8 numéros pour 38€ au lieu de 47€.
- Je m'abonne à Jardiner : 8 n° pour 31€ au lieu de 39€.

Nom : Prénom :
Adresse :
Code postal : Ville :
Téléphone : Date de naissance :
Courriel : Profession :

**Je règle par Chèque bancaire ou postal à l'ordre de Lafont presse
53 rue du Chemin Vert - CS 20056 - 92772 Boulogne-Billancourt Cedex**

ou par carte Bancaire : visa

N° :

expire fin

cryptogramme (les trois derniers chiffres au dos de votre carte

Signature :

Conformément à la loi "informatique et libertés" du 6 janvier 1978 modifiée en 2004, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent. Vous pouvez accéder aux informations vous concernant, les rectifier et vous opposer à la transmission éventuelle de vos coordonnées en cochant la case ci-contre ou en adressant un courrier libre à Lafont presse - 53, rue du Chemin vert - CS 20056 - 92772 Boulogne Billancourt Cedex.

Potiron : un légume bien en formes !

Si les différentes variétés de potiron ont fait les délices des potagers d'antan, depuis de nombreuses années, les belles étaient aux abonnés absents. Il aura fallu l'arrivée d'Halloween en France et l'engouement suscité en décoration par ses formes généreuses pour que le potiron reprenne le chemin de nos assiettes. Présentation d'un légume qui plaît tout autant aux petits qu'aux grands, tant par son goût que par ses qualités nutritionnelles.

S'il symbolise l'automne en raison de sa pleine saison (d'octobre à janvier), le potiron est pour autant disponible toute l'année sur les étals du marché. Originaire d'Amérique du Sud, il requiert de la

chaleur pour sortir de terre, ce qui ne l'empêche pas pour autant de prendre racine presque partout en France. C'est au XVI^e siècle que les Portugais introduisent le potiron en Europe et en Chine. Or, ce que

nous savons moins, c'est que lors de son apparition en France, le terme « potiron » désignait à la base un gros champignon ! Ce n'est que trois siècles plus tard, en 1860, que le botaniste Charles Naudin dresse une liste de vingt variétés. Si les plus connues sont de couleur orange et de forme ronde, le potiron sait aussi jouer d'originalité avec des variétés allongées, cubiques et aux coloris verts, bleus ou encore blancs. Cette grande diversité fait des merveilles en décoration d'intérieur (voir A faire soi-même : Sculpture de citrouilles et de courges p.22).

Du côté du potager

Le potiron (*Cucurbita maxima*) fait partie de la famille des *Cucurbitaceae*. Au potager, cette plante rampante annuelle a tendance à s'étendre, aussi est-il recommandé de la tailler (vers la fin juin) pour circonscrire son développement en pinçant la pousse principale au-dessus de la deuxième feuille lorsque la tige a atteint quatre à cinq feuilles, puis à deux feuilles au-dessus de chaque fruit. La mise à fruit n'en sera qu'accélérée. Il est d'ailleurs préférable de privilégier la qualité - à savoir de gros fruits - à la quantité en conservant que deux à trois fruits par pied.

Lorsqu'il est bien développé, le pied du potiron doit être paillé pour qu'il conserve la fraîcheur et l'humidité dans le sol. Cette technique offre aussi l'avantage d'empêcher au fruit de toucher la terre et de provoquer alors son pourrissement. Enfin, elle permet de réduire de moitié la fréquence d'arrosage, car ce qu'il faut retenir c'est que le po-



Le potiron, aussi appelé courge, est composé presque entièrement d'eau. Peu calorique, sa chair contient de nombreux sels minéraux et vitamines essentielles.



Il existe différentes familles de courges. Rien que dans celle du potiron, il se décline en vingt variétés, donnant lieu à un festival de couleurs et de formes.

tiron est très gourmand en eau. Une fois planté, il faut l'arroser très régulièrement. Un conseil lors de l'arrosage, évitez d'asperger le feuillage, pour ne pas propager de maladies type oïdium.

Emplacement

Son origine tropicale, lui a transmis le goût de l'ensoleillement. Il aime la chaleur et a donc besoin d'un climat tempéré à chaud. Et côté sol, le potiron a aussi ses exigences puisqu'il doit être riche et léger pour son épanouissement. En raison du volume de la plante, il est nécessaire de prévoir un espacement entre les plants (de tous les côtés) de 1,5 à 3 mètres. Pour gagner de la place, il est possible de cultiver les potirons sur des supports. Si l'effet décoratif est époustouflant, il faut tout de même sélectionner des variétés à fruits de petites tailles comme le potimarron par exemple qui ne pèse que 2 à 3 kilogrammes. Car il ne faut pas oublier que selon les courges, leur poids varie de 1 kilogramme à 200 kilogrammes voire plus ! Il est également envisageable de le cultiver directement sur tas de compost.

Où le planter ?

Le potiron pousse sur des terres légères et adore le compost et le fumier. Il apprécie les sols bien drainés. Pour son développe-

ment, la température doit être au minimum de 12°C, l'idéal étant entre 15°C et 20°C.

Semis

S'il est possible de le semer en pépinière ou en godet, le plus simple est de procéder à un semis en pleine terre fin mai lorsque celle-ci s'est bien réchauffée et que le risque de gelée est écarté. Pour ce faire, il faut remplir le trou de fumier et d'engrais contenant de la potasse et des oligoéléments en formant une butte. Puis creuser une cuvette dans laquelle, vous disposerez un lit de compost avant d'y déposer trois à cinq graines à une profondeur de 2,5 cm. Pensez alors à bien arroser en étant vigilant à ne pas déplacer les graines. Pour plus de détails voir le sujet d'Iris Makoto sur Rustica.fr.

Récolte et conservation

C'est en automne que la récolte du potiron s'effectue, soit cinq mois environ après le semis et avant que les premières gelées n'apparaissent. Quand le pédoncule est sec et de couleur jaune clair. Un fruit prêt à se détacher est aussi un signe. Le potiron a la particularité de se conserver longtemps, suivant les variétés cela peut aller jusqu'à un an. Attention toutefois, de ne pas endommager le potiron pendant la cueillette.

Différentes variétés

Parmi les vingt variétés répertoriées, quatre sont les plus représentatives :

- le rouge vif d'Etampes fait partie des potirons dits « classiques » étant donné que c'est la variété la plus présente en France. Il est d'aspect très volumineux, aplati et côtelé. Il s'apparente à une citrouille et offre une chair épaisse.
- La courge musquée de Provence, comme son nom l'indique se trouve dans le sud de la France. Elle aussi peut se classer dans la catégorie des potirons « classiques ». Son écorce est plus brune que celle de son cousin le rouge vif d'Etampes.
- Le potimarron, en raison de sa chair au goût de châtaigne est appelé jusqu'au XIXe siècle, la « courge châtaigne ». Il est reconnaissable à son écorce rouge brique et fait des merveilles dans les soupes et les gratins.
- Le giraumon est également dénommé « potiron turban » ou « potiron bonnet turc ». C'est un potiron que l'on peut qualifier de « couronné » du fait de la présence d'une calotte à trois bosses. Décoratif et savoureux, sa chair décline des notes de noisette et une saveur légèrement sucrée.

Les stars du potager

Si tel est le cas, il faut le consommer dans la semaine. Vérifier également qu'il est pourvu d'un pédoncule, gage de conservation.

Une fois nettoyé par brossage, le potiron se conserve à une température minimale de 10 à 12°C sur une clayette disposée dans un espace sec. Du point de vue du stockage, il est fortement recommandé de ne pas coller les différents spécimens.

Plantes compagnes

Sujet au mildiou, il faut éviter de faire voisiner le potiron avec d'autres légumes prédisposés à cette maladie comme les tomates ou les pommes de terre. Par contre, comme le souligne le site binette-et-cornichon.com, les courges coureuses peuvent s'associer au maïs et aux haricots à rames (technique des Trois-sœurs ou Milpa). Les haricots présentent alors l'avantage d'enrichir le sol en fixant l'azote de l'air et le maïs sert de tuteur. Tandis que les



Entre octobre et décembre, la saison des courges bat son plein. Potiron, citrouille, pâtisson, potimarron, butternut, autant de variétés de cucurbitacées d'automne qui arrivent à maturité au potager.



présente également de la vitamine E (en faible quantité à savoir 0,1 mg pour 100 g), du calcium (23 mg pour 100 g) et du phosphore (26 mg pour 100 g). Les oligo-éléments ne sont pas oubliés avec le fer (0,87 mg pour 100 g) et le zinc (0,14 mg pour 100 g) selon le Ciqual 2013 publié sur le site lesfruitsetlegumesfrais.com
Autre bon point : sa faible teneur en lipides

(0,19 mg pour 100 g) fait que le potiron peut être consommé régulièrement. Enfin, il serait comme le bon vin. Plus son temps de stockage est long plus il est pourvu en vitamines. Petit bémol, toutefois, ce qui s'applique aux vitamines, vaut aussi pour le sucre...

Sources : rustica.fr, jardiner-malin.fr, jardinage.com, prendrechoisir.com et horticulteurs.net

A ne pas confondre

Trop souvent la confusion est faite entre le potiron et la citrouille. Si cette dernière présente une écorce plus orange vif que le potiron, sa chair est moins gustative. Ce qui fait que c'est davantage la citrouille qui est évidée pour les décorations d'Halloween, mais plutôt le potiron qui est utilisé pour sa chair dans la soupe.

courges couvrent le sol avec leurs feuilles neutralisant les mauvaises herbes et conservant l'eau.

Ravageurs et maladies

Les premières tiges de potiron sont un festin de choix pour les limaces et les escargots. Les plus écologiques recourront à la méthode des coquilles d'œufs cassées pour les dissuader. Mais le potiron subit aussi l'attaque des insectes comme les pucerons et la chrysomèle. Côté maladie, la plus répandue est l'oïdium qui atteint le feuillage. Elle se manifeste par des taches blanches sur les feuilles. Le mildiou fait également partie des maladies possibles.

Bienfaits

Le potiron est bon pour la santé. Peu calorique (68,1 kcal pour 100 g), il est par contre concentré en micronutriments. En particulier en vitamine C (4,2 mg pour 100 g) et en potassium (206 mg pour 100g). Il

Cuisson du potiron

Laver puis essuyer le potiron, couper le fruit en petits cubes, retirez les graines. A l'économe, ôter l'écorce.

Les qualités culinaires du potiron lui autorisent différents modes de cuisson : en soupe dans un bouillon, dans l'autocuiseur en gros dés (10 à 15 minutes), au four (40 minutes), à la casserole (20 minutes), en gratin (faire d'abord une purée) ou à la poêle sauté au beurre.



La cuisson à la vapeur du potiron s'avère la meilleure pour conserver ses bienfaits nutritifs.

Le saviez-vous ?

Le site Lesfruitsetlegumesfrais.com propose une astuce antigaspi pour profiter de tous les bienfaits du potiron. Il recommande de ne pas jeter ses graines qui peuvent être dégustées dans une salade composée ou à l'apéritif. Pour ce faire, il conseille de rincer les graines, de les faire blanchir 5 minutes dans de l'eau bouillante, puis de les sécher dans un torchon. Avant de les faire griller à la poêle ou au four avec du sel ou des épices. Elles surprennent par leur côté croustillant !



Vous pouvez consommer ses graines mais aussi le semer.

Soupe de potimarron aux noix

Difficulté : facile

Temps de préparation : 10 à 20 minutes

Temps de cuisson : 10 à 20 minutes

Pour 4 personnes :

- 1 potimarron
- 1 gousse d'ail
- 1 pincée de gros sel
- 50 g de cerneaux de noix.

Préparation

1. Tailler le potimarron en gros quartiers.
 2. Retirer les graines et le tailler en dés sans le peler. Les mettre dans une casserole, couverts à hauteur d'eau salée, avec une gousse d'ail juste écrasée.
 3. Laisser cuire environ 20 min (jusqu'à ce qu'ils soient bien tendres).
 4. Retirer la gousse d'ail. Mixer.
 5. Servir dans des bols ou des assiettes et parsemer de cerneaux de noix concassés.
- En option : ajouter une cuillerée à soupe de crème ou parsemer de cerfeuil ciselé.



Recette : Interfel - Photo : ©Philippe COLIN/Interfel

Malin !

Geste : Préparer un potimarron. 1. Ouvrir le potimarron en deux. 2. Retirer les graines à l'aide d'une cuillère à soupe. 3. Le tailler en quartiers puis en gros dés. Il est inutile de peler le potimarron ; la cuisson à l'eau bouillante attendrit suffisamment l'écorce pour qu'elle soit consommable en l'état (mixée ou non).

Tarte au potiron à la cannelle

Difficulté : facile

Temps de préparation : 10 à 20 minutes

Temps de cuisson : Plus de 40 minutes

Pour 4 personnes :

- 1 pâte sablée
- 500 g de potiron
- 2 oranges
- 80 g de sucre cassonade
- 25 cl de crème liquide
- 3 œufs
- 1 c. à c. de cannelle en poudre
- 2 bâtons de cannelle
- 1 pincée de gingembre en poudre.

Préparation

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Peler la tranche de potiron et la tailler en cubes.
3. Presser les deux oranges.
4. Dans une casserole, déposer les cubes de potiron. Verser le jus d'orange et le sucre. Laisser « compoter » à feu moyen environ 15 min. Chauffer à feu vif encore 5 min pour éliminer un éventuel surplus de liquide. Laisser tiédir.
5. Dans un saladier, battre les œufs en omelette, puis ajouter la crème, la cannelle en poudre et le gingembre. Ajouter la compote de potiron. Bien mélanger.
6. Déposer la pâte dans un plat à tarte.
7. Y répartir l'appareil au potiron. Lisser à la spatule. Décorer avec les bâtons de cannelle. Faire cuire au four 25 min à 180°C.
8. Servir chaud, tiède ou froid. En option : accompagner d'un nuage de chantilly.



Recette : Interfel - Photo : ©Philippe COLIN/Interfel

50 Trucs et astuces de jardinage

Voici 50 trucs et astuces de grand-mère afin de profiter au mieux de votre potager et à moindre frais !



A

Allées :

1 Les allées en gravier sont peu coûteuses, faciles à entretenir, très naturelles et s'intègrent parfaitement dans les plantations d'un jardin de style naturel.

Pour un entretien plus facile, prévoyez une bordure discrète en dur (une rangée de briques ou de pavés) afin d'éviter que le gravier ne s'éparpille.

2 Si vos accès et chemins au potager sont en dur (dalles de béton, dalles gravillonnées, par exemple) vous n'aurez plus aucun problème d'entretien et cela facilitera les



passages de la brouette ou du motoculteur. Il faut prévoir une largeur d'un mètre minimum.

3 Si vous avez de la chance d'habiter près d'une menuiserie, profitez-en pour vous procurer de la sciure. Etalez-la sur une épaisseur de 10 cm dans les allées en terre battue de votre potager ou de votre verger ; vous apprécierez cette agréable douceur sous vos pieds. En plus du confort vous n'aurez plus de problème avec les mauvaises herbes qui auront du mal à traverser ce matelas de sciure.

Autre avantage, le jour où vous ne voulez plus de votre allée, si vous avez besoin de changer ses contours, il suffit d'un coup de bêche, ce que vous ne pouvez pas faire si votre allée est en dur.

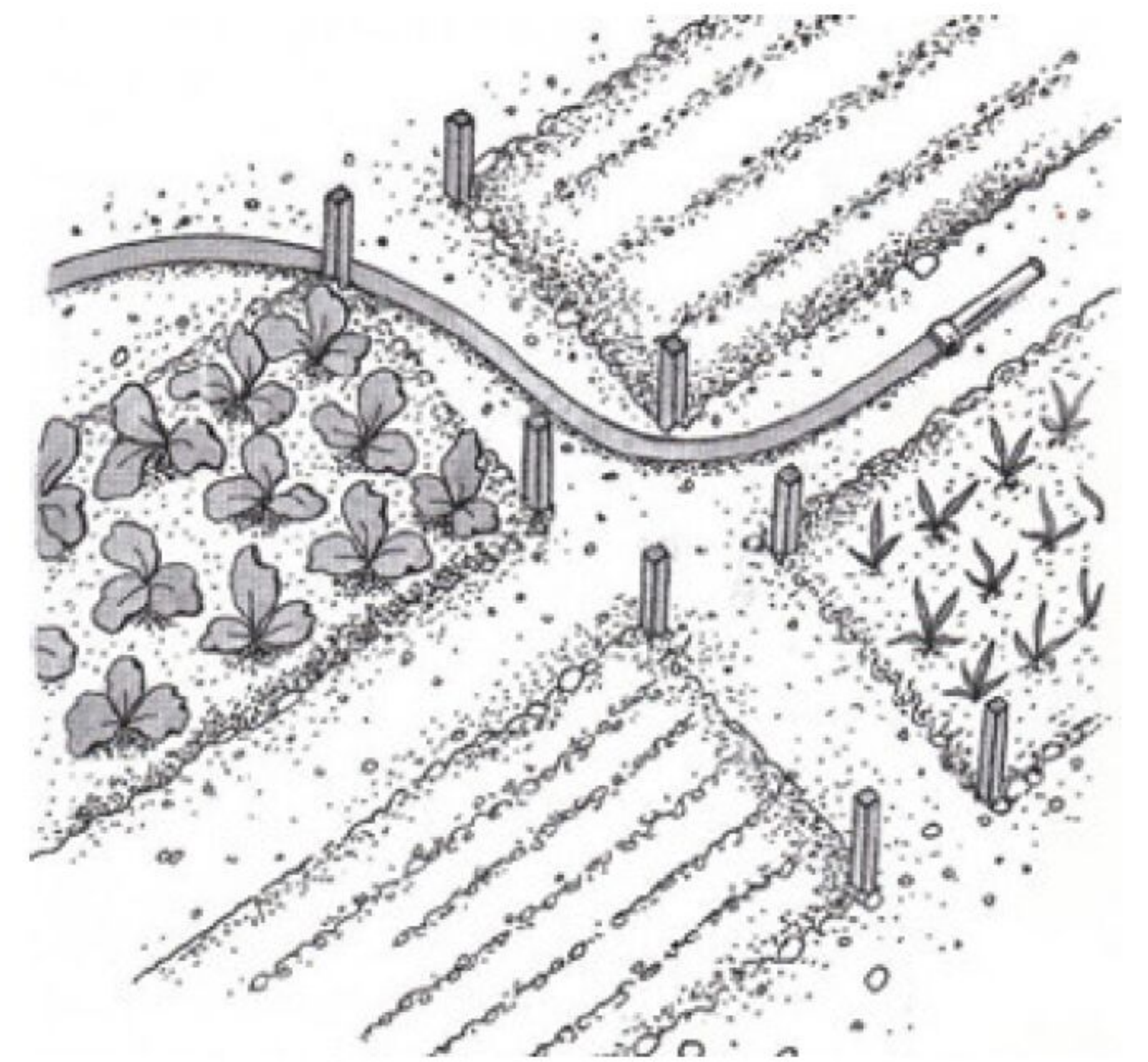
Arrosage :

« Il vaut mieux arroser une fois bien plutôt que 10 fois mal »
Dicton

4 Avis aux gourmandes : surveillez vos arrosages de très près au potager, car les légumes ne vous pardonneront pas vos oublis. En cas de manque d'eau, les radis deviennent piquants, les laitues montent en graine, les choux-fleurs ne pomment pas. Au verger, les prunes tombent avant maturité.



5 Combien de fois avez-vous déjà ravagé vos plates bandes ou les planches de votre



potager avec le tuyau d'arrosage que vous avez tiré avec maladresse de l'autre bout du jardin ?

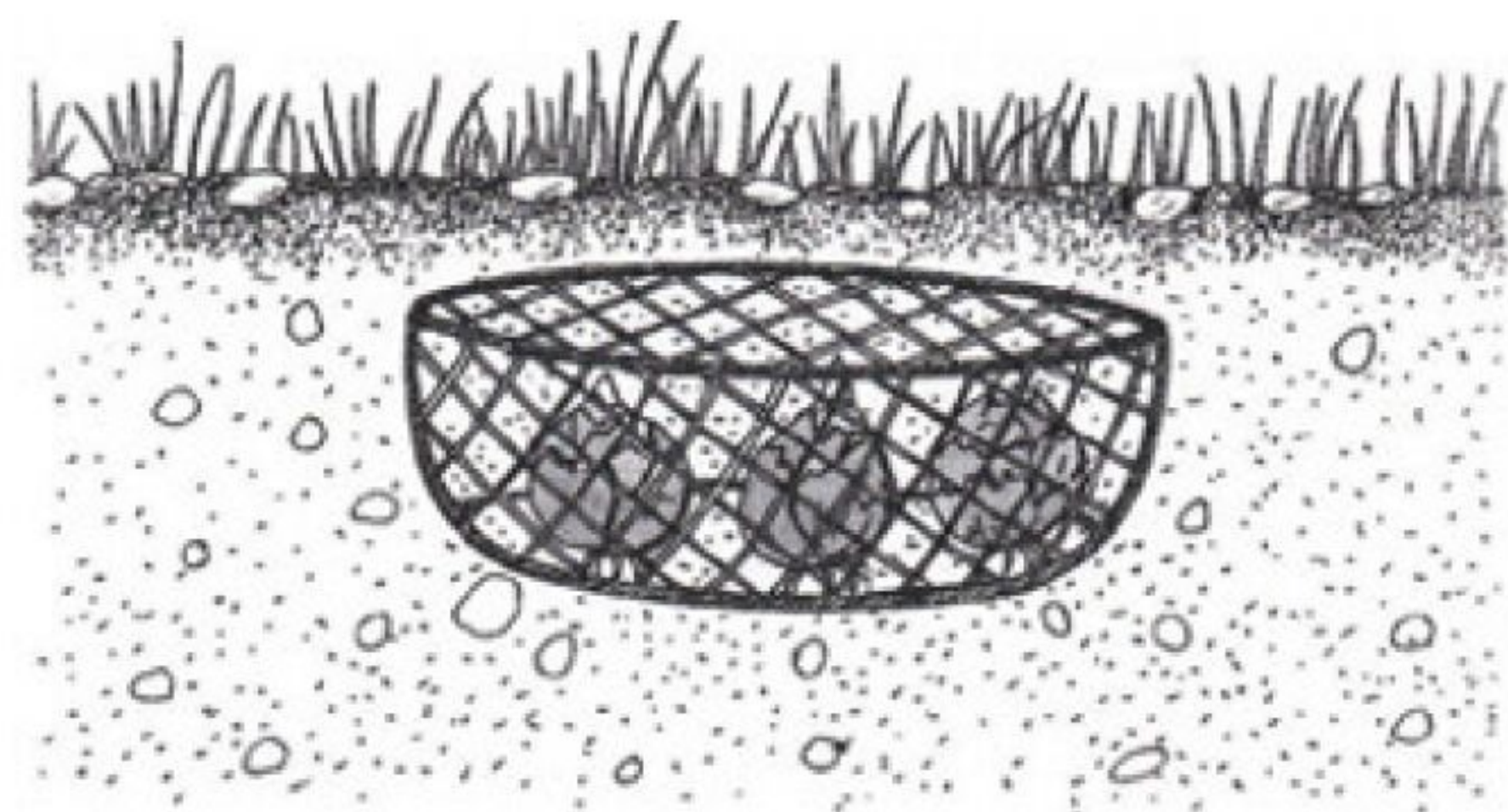
Voici une astuce très simple pour éviter ce genre d'incident : enfoncez des petits piquets aux angles de chaque planche et votre tuyau glissera sagement le long de ce garde-frontière.

6 Après une période de sécheresse, la terre de vos jardinières risque d'être durcie et l'eau d'arrosage ne peut pénétrer et stagne à la surface. Dans ce cas faites quelques trous à l'aide d'une fourchette, ce qui permettra à l'eau d'entrer jusqu'aux racines. Faites attention avec les engrais liquides : il faut toujours les appliquer sur une terre préalablement mouillée, sinon vos plantes risquent de vilaines brûlures et décolorations du feuillage. Quand au sol durci au jardin : décroûtez la surface du sol avec des coups de binette et arrosez ensuite.

B

Bulbes :

7 Si votre jardin est visité régulièrement par des mulots qui considèrent vos bulbes de tulipes, narcisses, etc., comme une gourmandise, installez donc vos bulbes dans de



petits paniers que vous pouvez facilement confectionner vous-même avec du grillage à mailles fines (on en trouve aussi dans le commerce, en plastique, prêt à planter). De plus, si vous voulez enlever vos bulbes après floraison pour laisser la place à d'autres cultures, il suffit d'enlever ce panier contenant les bulbes pour leur laisser finir leur cycle de végétation dans un petit coin discret du jardin.

8 Vous êtes pressé d'enlever les tulipes, narcisses, etc., défleuris : n'oubliez surtout pas qu'ils ont besoin d'achever leur végétation sinon ils seront incapables de refleurir



l'année suivante. Ouvrez donc une tranchée dans un petit coin de votre jardin (le potager par exemple), posez dedans un grillage ou filet plastique que vous faites déborder de chaque côté. Posez dessus vos bulbes, couvrez-les avec de la bonne terre, arrosez et attendez que le feuillage se dessèche naturellement. A ce moment-là, les bulbes ont atteint leur maturité et il suffit de soulever le grillage pour les récupérer.



Compost :

Sous ce mot se cache une formidable source de richesse naturelle. Quel gaspillage de voir atterrir dans les poubelles tous les déchets organiques qui n'attendent que

même en faisant une décoction d'orties. Vous l'emploierez dans des trous de 50 cm de profondeur que vous avez fait préalablement dans votre tas (un trou tous les 30 cm), versez-y un demi arrosoir, rebouchez chaque trou avec un peu de terre et la nature fera le reste.

Recette de la décoction d'orties : posez une bonne brassée d'orties dans un grand récipient, couvrez d'eau claire et fermez avec un couvercle ; laissez macérer pendant 3 semaines et votre décoction sera bonne à employer.

10 Vous pouvez facilement fabriquer sans frais un silo à compost si vous disposez de palettes en bois. Il suffit de les assembler et de les protéger avec une pulvérisation de sulfate de cuivre (3 cuillerée à soupe de poudre pour 5 litres d'eau) qui, de surcroît,



de rentrer dans leur cycle naturel, c'est-à-dire de se décomposer et apporter la vie à leur tour en fertilisant le jardin. N'oublions jamais : la nature a un équilibre fragile mais parfait. A nous de faire un petit effort et de la respecter.

Un petit conseil avant d'aborder les astuces : faire un tas séparé avec vos mauvaises herbes qui ont commencé à monter en graine et n'utilisez surtout pas le terreau qui en résulte pour vos semis...sauf si vous avez envie de composer un magnifique tapis de mauvaises herbes.

9 Au lieu d'acheter un activateur de compost dans le commerce, préparez-le vous-

même en faisant une décoction d'orties. Vous l'emploierez dans des trous de 50 cm de profondeur que vous avez fait préalablement dans votre tas (un trou tous les 30 cm), versez-y un demi arrosoir, rebouchez chaque trou avec un peu de terre et la nature fera le reste.

Conservation des légumes :

Malheureusement, il ne faut pas toujours compter sur la sagesse des vieux dictons. Le vrai sage prendra ses précautions et ne se laissera pas surprendre par les caprices de la nature. En dehors des règles élémentaires

pour la conservation des fruits et légumes (fruits parfaitement sains, fruitier frais, aéré et propre, etc..), voici quelques trucs complémentaires

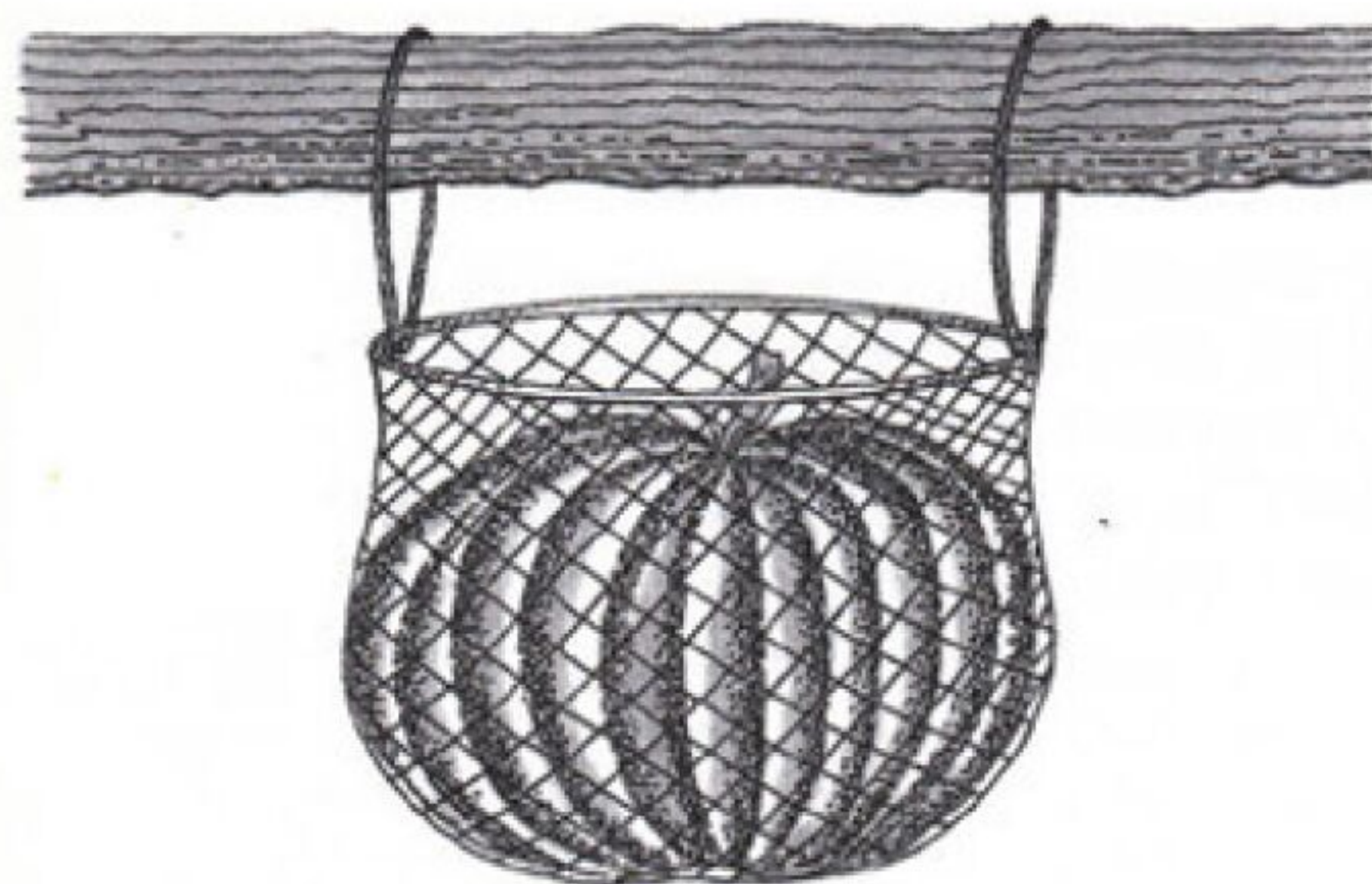
11 Une façon très simple de bien conserver vos carottes pendant l'hiver : épandez une bonne couche de sable sec (environ 10 cm) sur le sol de votre cave ou, éventuellement dans une caisse en bois. Ensuite, déposez vos carottes bien ressuyées par dessus et alternez ainsi une couche de sable et une couche de carottes en terminant par le sable pour bien les couvrir. Ainsi stockées, vos légumes passeront l'hiver sans problème. La même méthode peut être utilisée pour les céleri-raves, les betteraves rouges et les navets.

12 Pour conserver vos oignons, attendez que leurs feuilles aient complètement jauni, laissez-les ressuyer et sécher pendant plu-



sieurs jours en plein soleil. Eventuellement vous pouvez déchausser légèrement vos oignons environ 2 semaines avant la récolte prévue. Mais ne vous donnez pas du travail supplémentaire en nouant les tiges avant la récolte, comme souvent préconisé dans les vieux livres : des recherches récentes ont pu prouver que c'est une technique parfaitement inutile.

13 Vous avez fait une récolte magnifique de potirons et vous ne savez pas comment la conserver ? Récupérez des filets à pomme de terre,



posez dedans vos potirons et accrochez-les sur une poutre de votre cave ou de votre grenier en prenant soin qu'ils ne se touchent pas entre eux (risque de pourriture). Ainsi vous aller pouvoir vous régaler tout l'hiver !



Désherbage :

14 une astuce pour limiter les désherbages



au potager consiste à semer de l'engrais vert entre vos rangs de légumes. Votre potager restera impeccable pendant plusieurs mois et, de surcroît, si vous choisissez votre engrais vert parmi les légumineuses (petits pois, par exemple), il enrichira votre terre en azote. Comme il s'agit d'un engrais vert, n'hésitez pas à le piétiner, cela ne présentera donc aucun obstacle pour accéder à vos cultures. Dès que votre engrais atteindra 15 à 20 cm et s'apprêtera à fleurir, fauchez-le et laissez les fanes sur le sol en guise de paillage.

15 Si votre potager est infesté de mauvaises



herbes comme le liseron, les prêles, l'oseille sauvage, méfiez-vous des lames de votre motoculteur qui transformeront à leur passage les tronçons de racines en de nombreuses petites boutures qui n'attendent que de s'enraciner !

16 Apprenez à faire la différence entre les bonnes et les mauvaises herbes dès qu'elles sortent leurs petites pousses de terre (sur de nombreux sachets de graines on vous montre leur apparence par un petit dessin ou illustration). Cela vous évitera de repiquer joyeusement de jolis petits plants de ces indésirables, ce qui arrive plus souvent qu'on ne pourrait le croire ; avis surtout aux débutants !

Dés herbants :

17 Si vous n'avez pas de dés herbant chimique sous la main, pensez à l'astuce suivante pour un dés herbage rapide, efficace, mais irréversible : répandez quelques poignées de gros sel sur les endroits à nettoyer.



Cela est valable pour vos allées, entre vos dallages, briques...

18 Pour dés herber le sol gravillonné de votre serre, vous pouvez avoir recours à l'eau très chaude, épandue avec arrosoir. De plus, la vapeur qui s'en dégagera fera le plus grand bien à vos plantes qui se retrouveront sous un climat tropical pour quelques instants.

E

Engrais et amendements :

19 Savez-vous que les algues sont 2 fois plus riches en potassium que le fumier et apportent en plus des oligo-éléments ? Donc, si vous habitez en bord de mer, profitez de cette richesse naturelle pour les mélanger à votre compost ou les enfouir avant décomposition dans votre labour d'hiver. Vous pouvez également les épandre sur le sol en une épaisseur de 3 cm environ en guise de paillage (très apprécié des légumes).

20 Ne laissez jamais une plate-bande vide au potager (après la récolte de pomme de terre primeur par exemple) qui se couvrira seulement de mauvaises herbes à toute vitesse. Semez un engrais vert dès qu'une parcelle reste inoccupée pendant un petit moment. Opter par exemple pour le sarrasin qui a la réputation de nettoyer les jardins les plus enherbés (il faut compter 50g pour 100 m²). Vous n'avez pas besoin de bêcher avant le semis, un simple griffage est suffisant. Le principe de la culture d'engrais vert : la méthode consiste à cultiver des plantes qui produisent rapidement feuilles et racines qui, laissées sur place en hiver, se décomposent et se transforment en humus. Au printemps, il faut enfouir cet engrais vert par un travail en surface.

21 Un engrais organique à peu de frais et très riche en potasse est la consoude. Coupez plusieurs pieds de consoude d'environ 30 cm avant leur montée en graine, laissez les feuilles se faner au sol pendant une journée et ensuite mettez-les au fond d'un seau en les calant avec une pierre, couvrez avec de l'eau et mettez un couvercle (on compte 100 à 150g de feuilles par litre d'eau). Au bout d'un mois vous aurez un excellent engrais liquide dont raffolent toutes les plantes avides de potasse : les tomates, les céleris-raves, les aubergines, les poivrons... S'il vous reste un peu de ce purin, arrosez-en votre tas de compost qui sera à son tour enrichi en potasse.

F

Fleurs :

22 Savez-vous que les graines de capucine peuvent être confites au vinaigre et rempla-



cer ainsi les câpres ? Alors pourquoi ne pas joindre la beauté et la générosité de leurs fleurs à la gourmandise ?

23 Au moment de l'éclaircissage de vos petits plants de fenouil, ne jetez pas les plants en surnombre mais repiquez-les dans vos massifs : c'est original et très joli car leur floraison est d'une grande beauté et leur feuillage très fin et décoratif ne manque pas d'attrait.

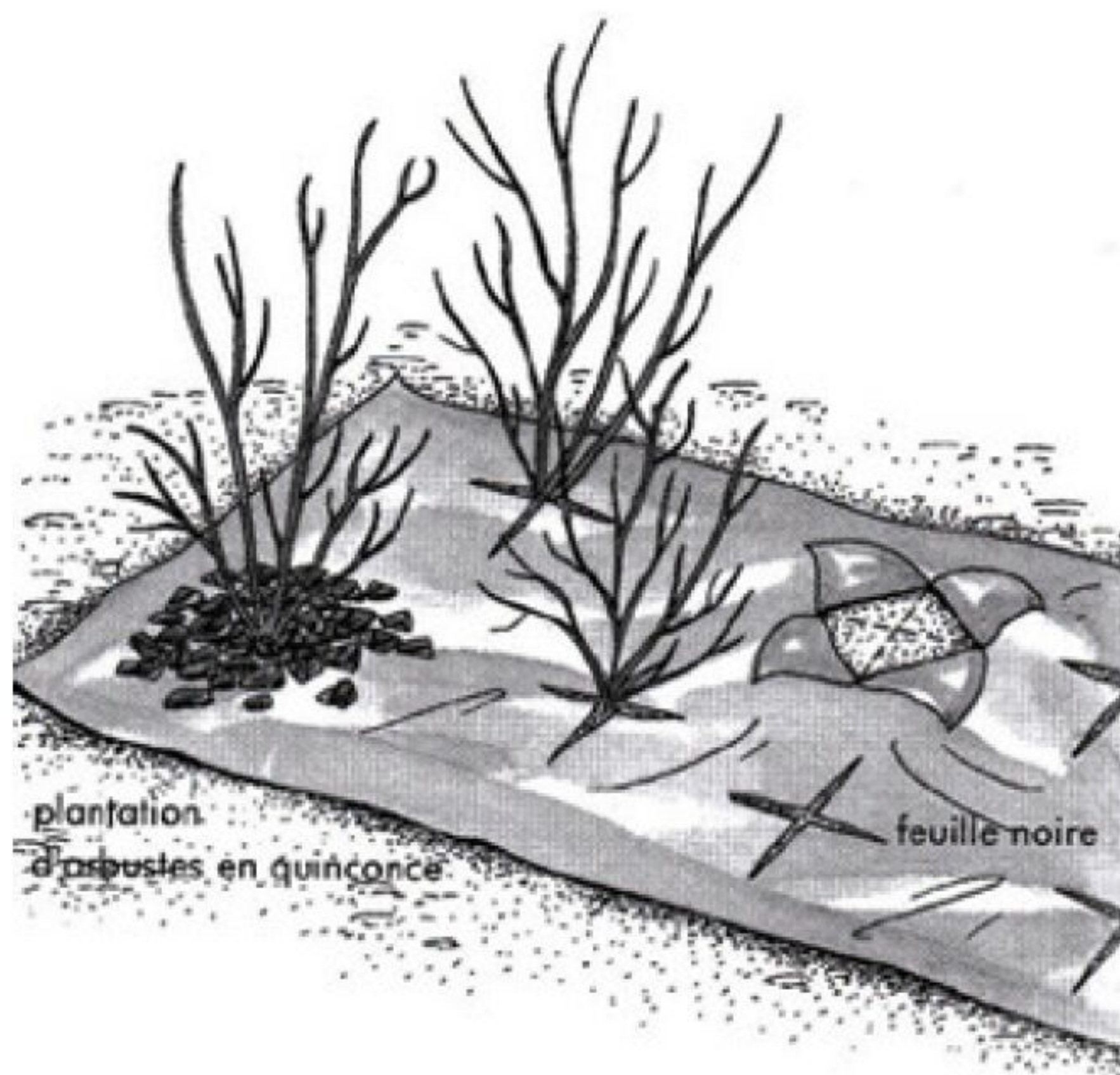
H

Haies :

24 On a parfois besoin ou simplement envie de séparer le coin potager du reste du jardin par une petite haie. Une solution simple, rapide et peu coûteuse : semez des soleils annuels, du maïs décoratif ou n'importe quelle autre annuelle à développement important. Elles formeront un écran aussi joli qu'efficace et, de plus, vous aurez tout ce qu'il vous faut pour faire de bouquets somptueux.

25 Pour se constituer une haie en un temps record et sans trop de frais, coupez des

branches de saule de 1,50 m de longueur environ que vous enfoncerez dans le sol tous les 20 cm. Ces « bâtons » s'enracineront sans problème et formeront vite un joli rideau, à condition qu'ils soient installés dans un terrain frais et profond. Pour renforcer la protection contre le vent, procédez à une plantation en double rang en quinconce à



une distance de 50 cm du premier rang : les haies plantées en double rang présentent une protection plus efficace.

26 Une petite astuce pour contourner l'interdiction assez courante dans les lotissements de créer un verger ou potager : intégrez donc quelques pieds de groseilliers, cassis, framboisiers, etc., dans votre haie en bordure des fraisiers et quelques touffes de plantes condimentaires. C'est bon, c'est joli et parfaitement dans le respect du cahier des charges.



J

Jardinières :

27 Faites de jolies jardinières à peu de frais en habillant des buses de ciment avec des rondins de bois ou des jardinières ordinaires en PVC avec des demi-troncs d'arbre.

28 Au moment de la préparation de vos jardinières, pensez à poser un feutre jardin ou du molleton sur votre couche de drainage (environ 4 cm de gravier ou de polystyrène réduit en morceaux). Ainsi la terre sera retenue sans se mélanger avec le matériau de drainage et l'eau passera facilement.

29 Faites attention à vos plantes en conteneurs de plastique noir que vous venez d'acquérir mais n'avez pas trouvé le temps de



planter immédiatement. Surveillez les arrosages (ces plantes demandent beaucoup



plus d'arrosages que les plantes déjà installées dans le jardin) et surtout ne les laissez pas en attente en plein soleil : celui-ci risque de chauffer considérablement les racines sous le plastique noir et même provoquer des brûlures graves. Installez-les donc provisoirement dans un lit de tourbe préalablement mouillé, dans un petit coin de votre jardin où vous ne risquez pas de les oublier, ou, à défaut, emmaillotez vos pots avec une bonne couche de vieux journaux qui réduisent un peu les effets du soleil sur le plastique.

M

Maladie :

30 Un conseil venant de nos amis anglais pour lutter de manière biologique contre la hernie du chou qui est provoquée par un champignon parasite dans les sols acides et mal drainés (un chaulage régulier évite généralement ce genre d'accident). Faites tomber quelques morceaux de tige de rhubarbe dans chaque trou de repiquage et l'acide oxalique contenu dans la rhubarbe

stoppera le développement du champignon parasite. Néanmoins, il faut recommencer à chaque repiquage car cela ne représente qu'une défense à court terme. Pour encore plus d'efficacité, vous pouvez faire bouillir 700 grammes de feuilles de rhubarbe dans 5 litres d'eau et vous verserez ce liquide dans les trous de plantation. Si vous effectuez un tel arrosage chaque semaine pendant un mois, les racines de vos choux seront imprégnées de l'acide protecteur.

31 Voici une vieille recette de jardiniers à la campagne pour protéger courgettes et concombres contre l'oïdium ainsi que les tomates contre le mildiou : les pulvérisations de prêle. Faites bouillir dans 3 litres d'eau trois grosses poignées de prêle que vous trouverez facilement dans les lieux humides à tendance acide. Filtrez cette décoction et pulvérisiez-la sur vos légumes à 2 reprises (à huit jours d'intervalle). Une manière de traitement biologique et efficace.

32 Vos framboisiers souffrent de l'anthracnose, vous êtes peut-être las de les traiter régulièrement avec des bouillies de soufre. Essayez donc de faire comme certains producteurs de petits fruits qui épandent au mois de mai une poignée de soufre-fleur

sur la terre après binage. Ainsi plus besoin de traiter car les vapeurs dégagées par le soufre luttent contre la maladie et ceci pendant toute la saison.

Matériel :

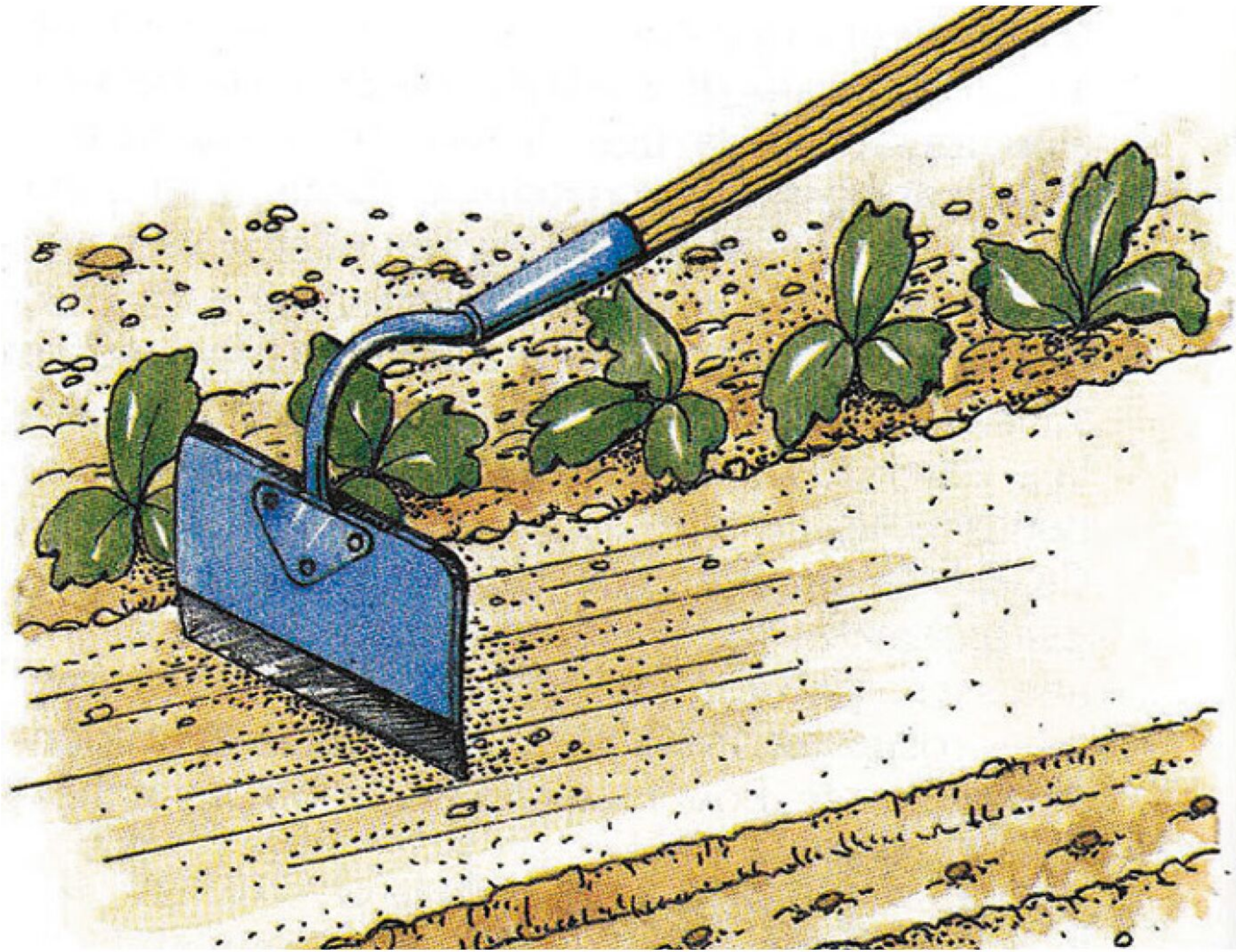
33 Vous êtes un jardinier qui a souvent la tête dans les nuages et passe son temps à chercher les outils égarés au jardin ? Peignez donc les manches de vos outils avec une couleur voyante (jaune, orange ou rouge).

34 Si vous possédez un ramasse-feuilles à brosses rotatives, pensez à poser une grande bâche ou un sac en toile dans le panier. Ainsi vous pourrez vider le panier sans perdre une feuille simplement en enlevant la bâche avec son contenu.

Multiplication des plantes, semis :

35 Pour tracer des sillons parfaitement droits sans avoir recours au cordeau pensez à utiliser le manche d'un râteau que vous pressez sur le sol préalablement ameubli.

36 Quand vous faites vos semis en ligne, écartez vos rayons juste de la largeur de la



passages de râteau, croisés de manière à enterrer les graines uniformément. Ensuite, plombez votre semis en roulant une bouteille ou, à défaut, avec le dos de votre râteau.

40 Après chaque semis, vous marquez sûrement l'emplacement avec le sachet vide de graines utilisées qui porte toujours un certain nombre de renseignements utiles. La prochaine fois, pensez à protéger votre sachet contre les intempéries en le coiffant d'un petit sac plastique transparent, solidement fixé par-dessous avec un lien plastifié. Ainsi vos sachets ne s'abîmeront plus et les informations resteront lisibles.

41 Afin d'avoir des conditions idéales à une levée rapide de vos semis au printemps, laissez toujours la terre se réchauffer pendant plusieurs jours avant de mettre vos graines en terre.

binette plus quelques centimètres. Cela facilitera l'entretien par la suite.

37 Qui sème dru, récolte menu... N'oubliez pas ce vieux dicton qui a fait ses preuves. Pour vos semis un peu délicats aux graines fines, pensez à utiliser une salière ou un sucrier pour les épandre ou mélangez-les avec du sable : ainsi les graines seront mieux réparties.

38 Afin d'aider les graines et, par la suite, les jeunes plantes à mieux se défendre contre les insectes et maladies, mélangez les graines avec une poudre antiparasitaire avant le semis. Mettez les graines et le produit dans un sac ou une boîte et agitez bien l'ensemble.

39 Pour les semis à la volée, donnez deux





42 N'effectuez pas de semis dans une terre qui vient d'être labourée : pour beaucoup de plantes, elle sera trop creusée (insuffisamment tassée) et en trop faible activité biologique ce qui présente un facteur important de la fertilité, donc de la réussite de vos cultures

43 Pour faciliter la levée de vos semis en caissettes, prenez la précaution de les préchauffer. La température idéale se situe autour de 21 °C. Afin d'obtenir cette température, vous pouvez placer vos caissettes remplies avec le mélange terreux sur un radiateur ou, éventuellement, dans un four tiède. Vérifiez la température à l'aide d'un thermomètre avant de semer.

44 N'oubliez pas de saupoudrer la surface

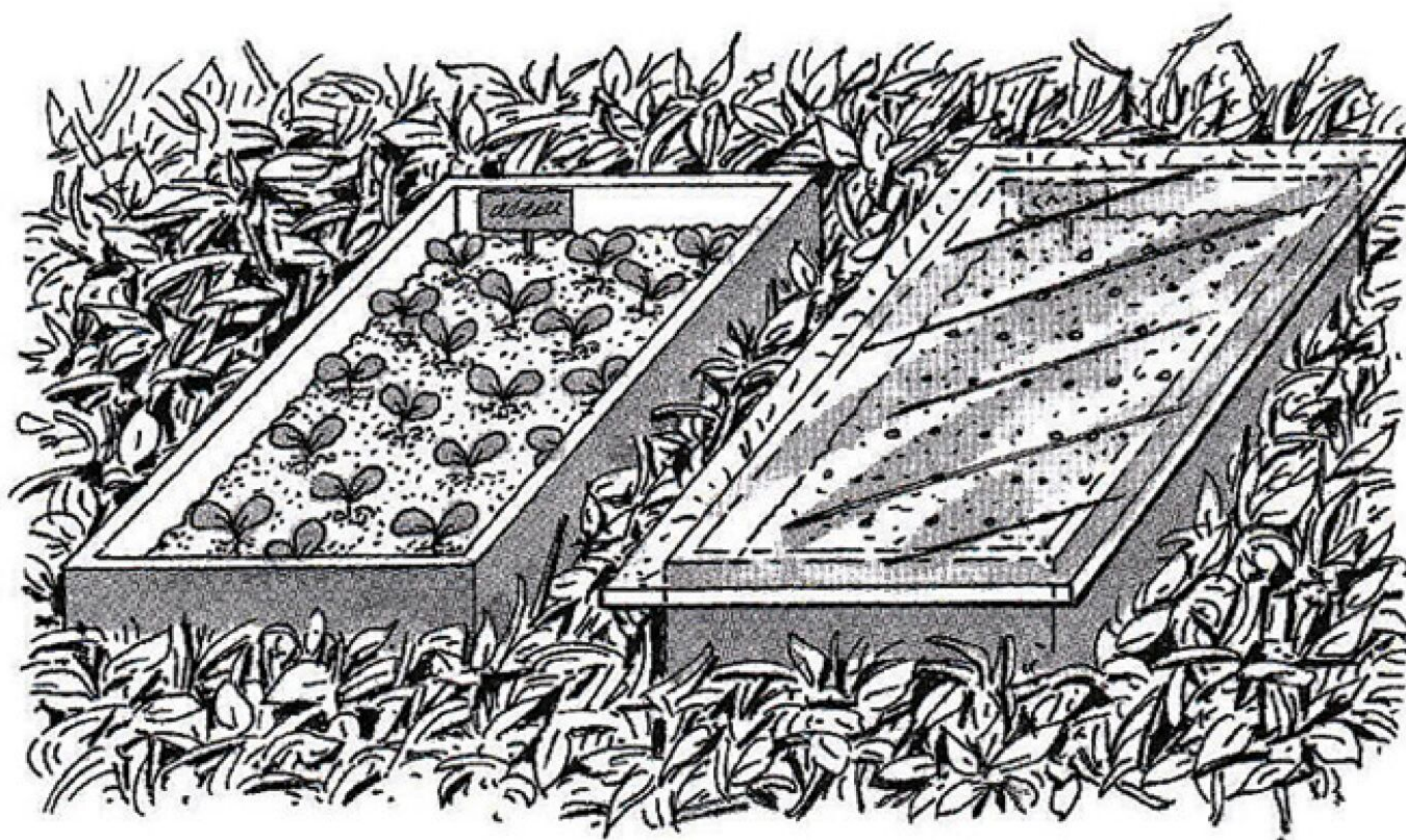
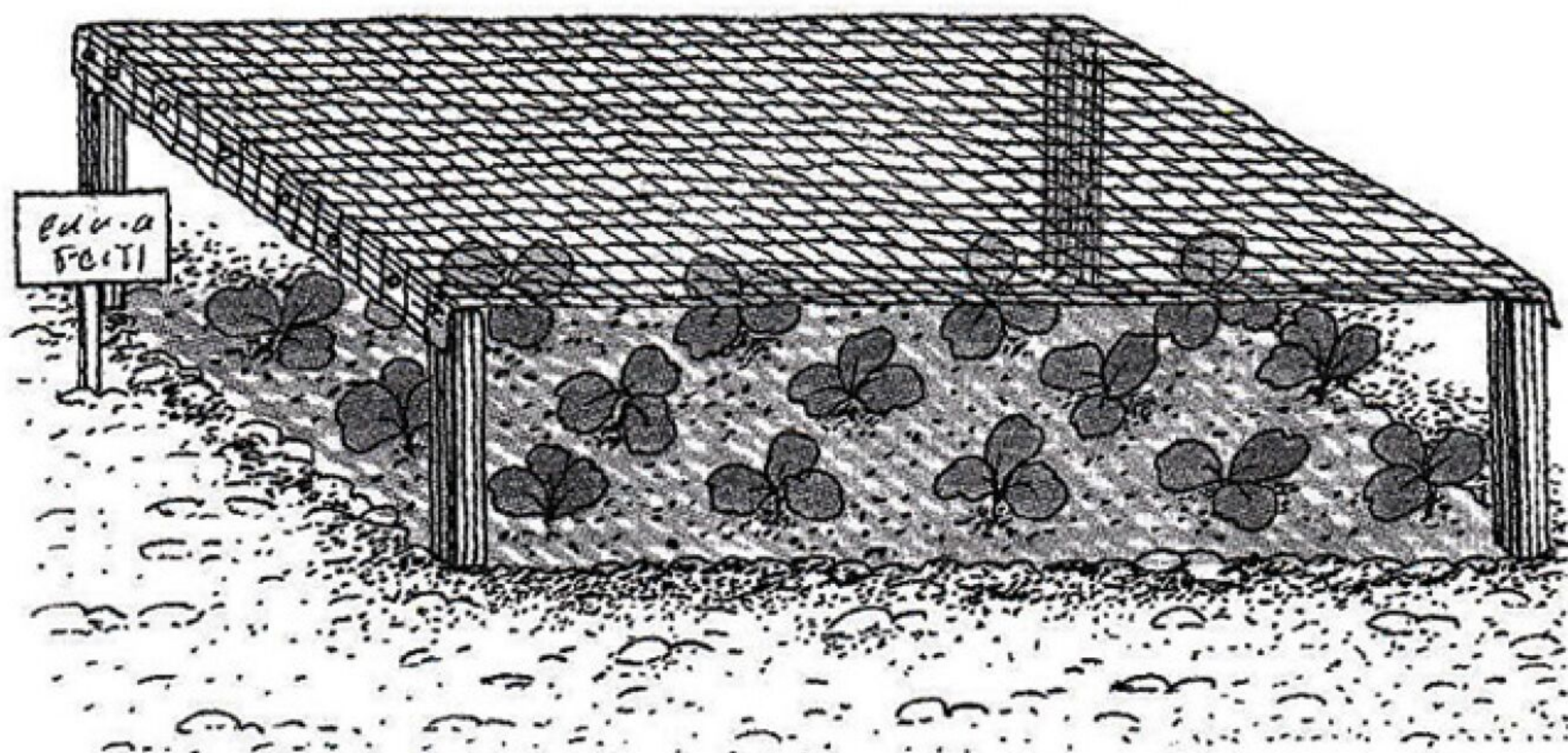
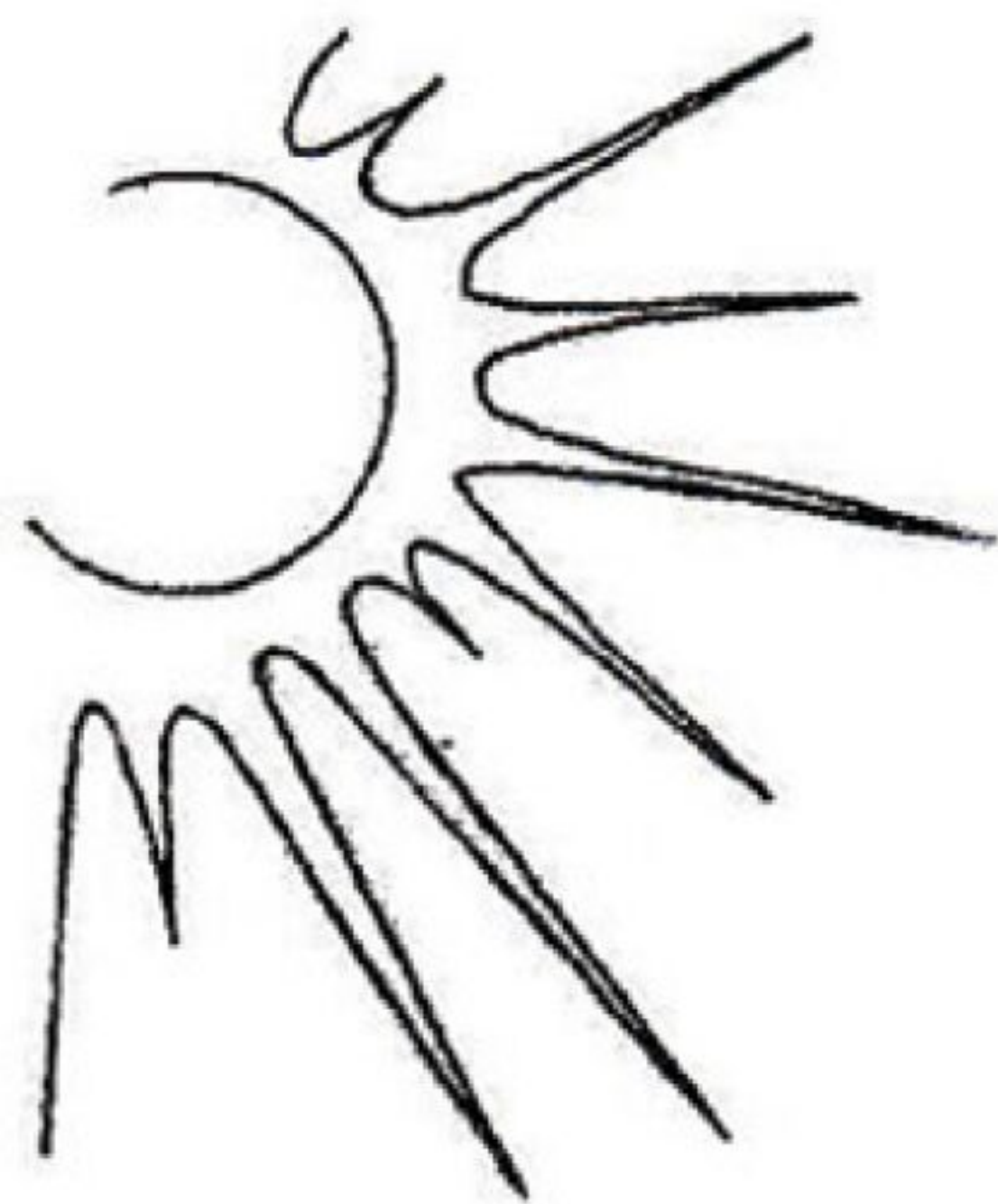
de vos caissettes de semis avec une poignée de charbon de bois grossièrement écrasée : c'est le meilleur moyen pour lutter contre la fonte du semis, ce champignon qui amenuise les petites tiges de vos jeunes plantes au point de les coucher sur le sol et d'anéantir tous vos efforts.

45 Que faire pour empêcher que les graines qui restent de la saison passée ne prennent l'humidité pendant le stockage en hiver ? Voici deux trucs pour vous aider : - vous pouvez déposer un petit morceau de plâtre dans votre boîte ou sachet de graines ; le plâtre absorbera l'humidité ; - conservez les tubes de cachets vides : ces tubes contiennent dans leur couvercle des sels qui enlèvent l'humidité, donc c'est le récipient idéal pour la conservation de vos

graines.

46 Une astuce pour mesurer le degré de germination des semences que vous avez conservées de la saison passée. Prélevez par sachet environ dix graines que vous étalez sur un buvard humide ou de la tourbe trempée dans une assiette plate. Gardez au chaud et observez : si au bout d'une semaine sept graines sur dix n'ont pas levé, il est inutile d'utiliser ce sachet.

47 Vous avez récolté vos propres graines pour la saison prochaine, elles sont bien sèches mais certaines refusent de se libérer de leur enveloppe. Enfermez donc le tout dans un petit sac et battez-le énergiquement avec une baguette assez souple. Aucune enveloppe ne résistera à ce genre de



traitement. Ensuite, pour bien nettoyer les graines de toutes les impuretés, étalez votre récolte sur une feuille de papier et soufflez très légèrement : toutes les impuretés s'envoleront comme par magie et il ne restera que des graines parfaitement propres que vous allez conserver dans des boîtes hermétiques à l'abri du soleil et de la chaleur. Dernier conseil : n'oubliez pas de les étiqueter sinon vous risquez d'avoir des surprises !

48 Connaissez-vous les films de forçage, Ce sont des films de plastique perforé que vous pouvez poser directement sur vos semis et, comme par miracle, la feuille « grandira » avec vos jeunes plants en les protégeant du vent et des dernières petites gelées blanches. Ainsi protégés, vos semis prendront facilement une avance de quinze

jours sur ceux de vos voisins : c'est le moyen idéal pour hâter les semis de laitues, épinards et choux. Pour faire tenir votre film de forçage, il suffit de ramener un peu de terre sur le pourtour du plastique déployé.

49 Si vous voulez réussir vos semis et repiquages en plein été, prévoyez une ombrière pour vos jeunes plants sinon le soleil brûlant risque d'anéantir vos efforts. Dans ce but, tendez un filet d'ombrage (genre filet brise-vent) sur quatre piquets de bois. Vos plantes vous en remercieront par une am-

pleur extraordinaire.

50 Un moyen simple et efficace pour procurer à vos semis une certaine chaleur de fond douce et constante : installez vos terrines de semis dans des creux ouverts dans votre tas de compost en fermentation. Afin de parfaire l'effet de semis, couvrez-les à l'aide d'une vitre.

La tomate est un des légumes emblématiques dans le potager et, bien sûr, dans la cuisine de nombreux pays, y compris en France. Elle est pourtant originaire d'Amérique centrale et a mis du temps à s'inviter à nos tables.



Tomate

LE SEMIS/ PLANTATION

La tomate est le légume du soleil par excellence. Il lui faut donc un emplacement en plein soleil, où elle pourra profiter au maximum de chaleur. Prenez en compte la variété des tomates que vous souhaitez faire pousser : plus les fruits sont gros, plus la plante aura besoin de chaleur et de soleil.

Placez un seul plant au centre du carré sélectionné. Vous pouvez, si

vous le souhaitez, installer quelques poireaux autour de la tomate. Pour faciliter les gestes d'entretien, préférez un carré qui ne soit pas au milieu. Semez, si possible, de façon étalée. La tomate occupe son carré durant 5 à 6 mois, soit la moitié de l'année, ce qui est décisif pour l'organisation des cultures. Elle peut se placer à proximité immédiate d'un carré de céleri, de chou, de haricot, de poireau ou de radis. Pour une bonne rotation des cultures, vous pouvez choisir un carré ayant accueilli une laitue, des



radis, de la roquette ou du mesclun.

Vous pouvez, au choix, semer ou planter. Le semis en intérieur se fait de mars à mi-mai, dans des petits poquets, en vente en jardinerie. La plantation directement en terre, de vos propres semis devenus grands ou de végétaux acquis en boutique, s'effectue de mi-mai à juin. Si possible, incorporez au fond du trou un peu de compost décomposé et des feuilles d'ortie. Humidifiez bien les racines avant la mise en terre.

Au pied, vous pouvez cultiver une plante peu haute, comme un ceilllet d'Inde ou du basilic.

L'ENTRETIEN

Arrosage

La tomate aime la chaleur, elle est frileuse : il faut la protéger des températures fraîches grâce à une mini-serre ou un petit abri. Enlevez les protections quelques heures par jour quand il fait beau, à la fois pour aérer la

terre, mais aussi pour faire sécher la serre. Répandez une bonne épaisseur de paillis sur l'ensemble du carré, principalement autour de la tige ; elle permettra également d'empêcher les mauvaises herbes de pousser. La tomate, dont la tige atteint une hauteur moyenne de 1,80 mètre, a besoin de tuteur (de deux mètres minimum) pour pousser bien droit, et pour que les fruits grandissent avec tout le soleil dont ils ont besoin. Attachez la plante au tuteur grâce à un petit lien biodégradable souple, sans serrer, à une dizaine de centimètres. Pour éviter que votre tomate n'envahisse ses voisins et ne leur fasse trop d'ombre, taillez les feuilles régulièrement avec un sécateur. Cela permettra également à la plante de concentrer ses forces pour la formation des fruits et d'empêcher la progression des maladies.

Le sol doit toujours être un peu humide, mais pas détrempé.

La récolte et la conservation

Fin septembre, enlevez les feuilles afin que les dernières tomates finissent leur maturation. La récolte s'effectue quand les fruits sont bien rouges, gorgés de soleil, entre mi-juin (dans les régions chaudes) et octobre. La tomate doit se détacher d'elle-même, quand on la tire légèrement, et très délicatement.

La tomate peut finir de mûrir dans la maison, une fois cueillie. Elle se conserve quelques jours au réfrigérateur. Vous pouvez également la congeler, la transformer en sauce dans des bocaux.

Après récolte, le carré ayant accueilli la tomate est mis en jachère quelques semaines, et paillé avec de la consoude et du trèfle incarnat pour empêcher la propagation d'éventuelles maladies.

Vous pouvez, au choix, semer ou planter. Le semis en intérieur se fait de mars à mi-mai, dans des petits poquets, en vente en jardinerie.



La tomate, dont la tige atteint une hauteur moyenne de 1,80 mètre, a besoin de tuteur (de deux mètres minimum) pour pousser bien droit.



Prenez en compte la variété des tomates : plus les fruits sont gros, plus la plante aura besoin de chaleur et de soleil.

Vous pouvez, si vous ne pouvez arroser manuellement ni disposer d'un arrosage automatique réglé, utiliser une bouteille renversée, pour que l'eau qu'elle contient se diffuse régulièrement et lentement dans la terre.

Votre tomate aura besoin d'un petit coup de pouce pour se protéger des maladies et se renforcer. Il faudra lui apporter un complément de phosphore et potassium, ainsi que d'un peu de compost en cours de végétation.

Courant juillet, si elle est un peu faible, vous pourrez lui donner à nouveau du phosphore et du potassium, et renforcer la plante avec une décoction de prêle tous les

15 jours. La tomate est sensible au mildiou, une maladie qui peut attaquer les feuilles. Pour la protéger en amont, pulvérisez, quand il fait chaud et humide, une infusion composée d'ail et d'oignon pendant quelques jours, la première infusion contenant un peu d'extraits fermenté d'ortie.

Comme pour la majorité des légumes, il faut bien désherber autour du plant, pour éliminer les mauvaises herbes qui puisent les nutriments du sol.

Contrairement à la majorité des légumes, il ne faut pas biner trop près de la tomate, car elle a une tige fragile. L'ébourgeonnage est un geste important pour la tomate pour renforcer la plante : il faut enlever les pousses qui croissent à la naissance des feuilles.

Pour éviter que votre tomate n'envahisse ses voisins et ne leur fasse trop d'ombre, taillez les feuilles régulièrement avec un sécateur.



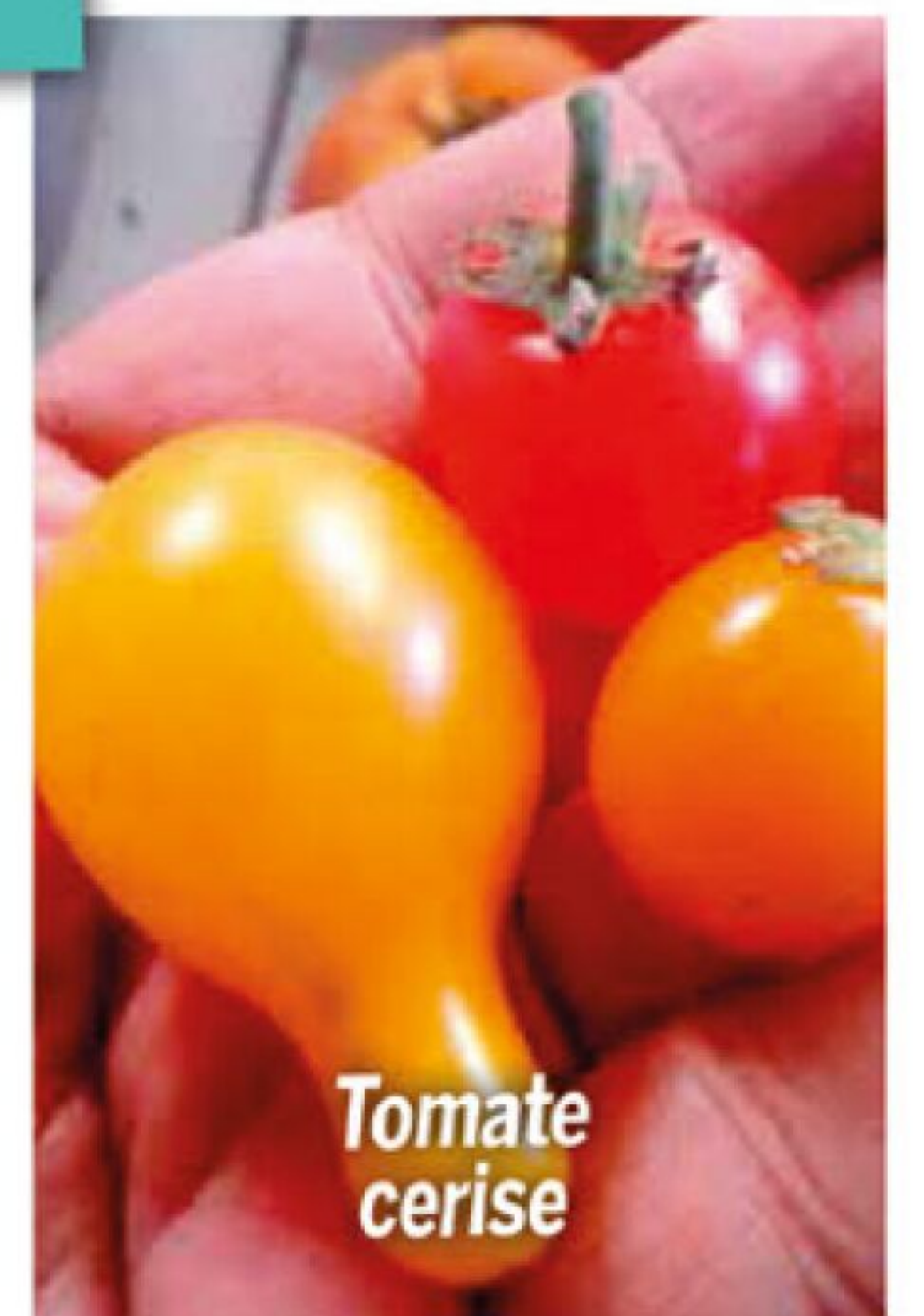
VARIÉTÉS DE



Tomate de Marmande



Tomate Cœur de bœuf



Tomate cerise

Mois	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin	Juillet	Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
Sem/plant.												
Récolte												

Les règles préalables pour de belles floraisons

Pour s'assurer de vraies et belles floraisons, il faut pouvoir supprimer les fleurs annuelles de printemps qui seront fanées ou desséchées et créer une sorte de révolution en semant des annuelles grimpantes comme les ipomées et planter les annuelles d'été : comme les cléomes, les lobélías, les pétunias, la verveine.

Les fleurs d'été



Quel bonheur de voir arriver l'été, Une saison idéale pour flâner dans le jardin, à la fraîche sous les arbres feuillus, en famille ou avec des amis. Quel plaisir pour les yeux nous offre la luxuriance des floraisons. Celles-ci embellissent terrasses, massifs, rocailles et jardinières.



Les principales fleurs d'été

Pour s'assurer de vraies et belles floraisons, il faut pouvoir supprimer les fleurs annuelles de printemps qui seront fanées ou desséchées et faire une sorte de révolution en semant des annuelles grimpantes comme les ipomées et planter les annuelles d'été : cléomes, lobélías, pétunias, verveines

On les distingue selon le calendrier

Il y a les annuelles et les bisannuelles : les Impatiens, la capucine, les cosmos, le Lobelia, la mauve, le mufler, les œillets, le pourpier, les Asters, les soucis, le tabac d'ornement, le Zinnia.

... et selon le support

Sur les grillages, pergolas ou palissades, il faut opter pour des Suzanne aux yeux noirs ou des pois de senteur. Elles occupent très vite leur territoire et feront des fleurs à foison. Il faut surveiller qu'elles n'atteignent pas les toits des maisons et les gouttières car elles pourraient causer des dégâts. Donc, il ne faut pas hésiter à les écimer.

La rose, reine des fleurs

Elle habille tous les supports

Nombreuses sont les fleurs au rendez-vous de juillet à l'image des glaïeuls, dahlias, lis, arum, bégonias, Canna, Hosta, belle de nuit, hémérocalle, agapanthe...

Ne jamais oublier d'enlever les fleurs fanées, au fur et à mesure, afin de favoriser la formation de nouveaux boutons floraux : vous allongerez ainsi la durée et l'abondance de la floraison. Les façons de les mettre en valeur sont multiples. Notamment les roses que l'on peut admirer sur les massifs, sur la terrasse, en habillage de tonnelle ou de façade La rose est partout chez elle et n'exige pas un entretien de tous les instants.





L'arrosage n'est pas un détail, malgré les vacances...







L'été la plus belle saison pour profiter du jardin



Vous prévoyez de partir en vacances? Profitez-en, avant pour arroser régulièrement, sans attendre que la terre ne soit trop sèche. N'oubliez pas les arbustes qui ont été plantés il y a moins de 2 ans ainsi que les jardinières et les pots. Arrosez plutôt le soir et toujours de façon abondante et sans éclabousser les feuillages.

Inutile d'arroser les rosiers, arbustes et arbres bien enracinés, plantés depuis plus de deux ou trois ans. Avant de vous absenter pour une durée

plus ou moins longue, il faut pailler généreusement. Cela permettra de conserver l'eau du sol et d'éviter l'évaporation naturelle tout en empêchant le dessèchement de la terre par le vent. Sans aide extérieure, sans voisins susceptibles de venir arroser tous les 4-5 jours, il faut penser à installer un système d'arrosage automatique avec programmateur : arrosage enterré, goutte-à-goutte, tuyau microporeux... Il existe différentes méthodes. à vous de choisir.



Cultivez vos propres salades !

Qu'elles soient plantées dans un potager ou dans un jardin, les salades ne suivent pas de saisons particulières pour se développer et fleurir. La culture des salades peut donc s'effectuer tout au long de l'année. Les étapes de la plantation sont généralement simples, tant que les conditions relatives à leur développement et à l'entretien de la culture sont respectées.



Les salades font partie de la famille des herbacés possédants peu de ramifications et disposant de racines profondes. Ces plantes potagères sont annuelles et changent de variétés en fonction de la saison où elles sont cultivées. Elles peuvent donc se présenter sous différentes formes et sous différentes couleurs, qu'elles soient plantées à l'abri ou en plein champ. Ainsi, il existe des laitues batavias, des chicorées frisées ou des chicorées scaroles. Certaines salades cultivées en plein champ peuvent également être rouges, vertes ou blondes. Si on dispose de peu d'espace, certaines variétés sont idéales pour être cultivées sur des balcons : ce sont les salades à couper. Leurs graines sont aussi vendues en ruban pour simplifier le semis.

Les différentes variétés

La laitue : Elle est douce et légèrement ferme est une salade qui fait l'unanimité ; la variété la plus classique est la laitue pommée ou beurre. La batavia, la romaine, l'iceberg ou encore la feuille de chêne appartiennent à la famille des laitues.

La chicorée : avec un feuillage sagement bouclé, la chicorée se déguste finement tranchée accompagnée de petits lardons ou gésiers. La scarole, les endives et la salade frisée font aussi partie de la catégorie des chicorées.

Le mesclun : il se compose de fines feuilles issues de différentes variétés : roquette, épinard, mâche, cresson... Ce mélange se marie parfaitement avec une pizza maison par exemple.

La batavia (croisement de la laitue pommée et de la laitue iceberg) : est à la fois douce et craquante.

La frisée est la chicorée la plus courante dans les potagers ; il faut attacher son pied pour que son cœur reste clair et tendre.

La scarole : qui fait également partie des chicorées, est une salade ferme avec peu de pertes.

La romaine : est une salade d'été croquante et juteuse avec une légère amertume.

La roquette : est une salade amère qui entre dans la composition du mesclun ; elle est très appréciée pour sa saveur particulière.

Semis

Semer quelques graines tous les 25 cm en tous sens. Éclaircir en ne conservant qu'un sujet par poquet. Faire un semis tous les 15 jours pour étaler la production. Attention, les graines doivent être installées sur un sol ameubli et légèrement recouvertes de terreau. Tassez légèrement et arrosez. Petite astuce pour que le semis soit très clair : mélangez les graines à du marc de café.

Semer les variétés d'hiver en septembre-octobre, les repiquer ensuite dans un endroit bien exposé et abrité. S'il fait très froid, les abriter sous châssis, tunnel ou cloches. Semer de février à mars les laitues pommées de printemps, de mars à juillet les variétés d'été et d'automne. Il est aussi possible de semer en pépinière ou en terrine et de repiquer au jardin, aux bons espacements.

Les plants de préférence

Si vous n'êtes pas un jardinier averti, cultiver des plants sera plus facile pour vous. Vous trouverez dans le commerce des plants à installer directement au potager entre mars et octobre. Il en existe de toutes les variétés en fonction des saisons. Vendus en petites mottes de terreau, ces plants ont permis aux racines de commencer leur développement. Ainsi, votre culture a plus de chances de voir le jour. Pour optimiser la culture, privilégiez les mottes de salades aux plants fournis avec des racines nues. Avant la mise en terre, quelques conditions liées à la qualité du sol et à l'endroit choisi pour la plantation doivent être respectées. Ainsi, pour éviter que les températures extrêmes ne viennent entraver la floraison des salades, optez pour un milieu aéré et de préférence ensoleillé. Ensuite, aménagez l'endroit choisi pour le semis. Pour ce faire, travaillez la surface du sol en formant un petit creux profond de 5 à 10 cm. Pour vous assurer un résultat optimal, ajoutez-y directement du compost. Cependant, si le sol est déjà très riche, l'usage de compost n'est pas conseillé. Enfin, mettez la motte de salade en terre en la plantant jusqu'aux 2/3 de sa hauteur. En effet, veillez à ne pas enterrer la motte entière, mais à laisser dépasser le collet (zone de transition entre la racine et la tige de la plante). Chaque motte plantée doit être distante de 25 à 30 cm les unes des autres. La récolte des salades s'effectue généralement 3 mois après le semis.

L'emplacement

Les salades poussent sur n'importe quel terrain. Il faut simplement que le sol soit bien aéré et les variétés bien choisies en fonction des saisons. Attention les salades ne supportent pas le gel, donc en cas de plantation en

Astuce

Le secret de reprise des salades en général et des laitues en particulier consiste à ne pas enterrer leur collet. Les pros disent que la plante doit "battre" (se balancer) au vent ce qui a pour but de renforcer le collet tout en le rendant moins sensible aux maladies cryptogamiques (champignons).



Lors de la plantation, attention à ne pas enterrer le collet, qui doit rester flottant.

hiver, il faudra songer à bien protéger la culture. Vous pouvez aussi cultiver des salades dans des grands pots de terre. Leurs feuilles peuvent servir la déco de votre balcon. Attention néanmoins à la distance. Si les graines ou les plants sont trop rapprochés, les légumes ne pourront pas pousser correctement.

L'entretien

Une fois plantées, les salades doivent être arrosées régulièrement mais modérément. En été, lorsque le soleil assèche le sol, l'arrosage doit être effectué le matin avant le lever du jour et de manière plus abondante. Si les plants de salades sont encore jeunes, ceux-ci doivent disposer d'une quantité d'eau de 3 à 4 litres par mètre carré. Durant la phase de développement des cœurs de salades, la quantité d'eau doit nécessairement augmenter jusqu'à atteindre 10 litres par mètre carré. Parallèlement à l'arrosage, le désherbage doit être systématique. La meilleure astuce serait également de sarcler le sol pour obtenir un cœur de salade tendre et goûteux.

Le développement de la salade et ses



principaux ennemis

Pour que la formation du cœur de la salade aboutisse, la plante a besoin d'une photopériode associée à une variation effective de températures. Même si la culture est favorisée par la présence du soleil, veillez à ce que les plants de salades ne soient pas soumis à une chaleur excessive, susceptible de provoquer une montée en fleur de la salade. Dans ce cas, la laitue aura un goût amer. Par ailleurs, la culture de salades s'oppose à celle d'autres plantes potagères qui, plantées à proximité des salades, nuisent au bon développement de celles-ci. Évitez donc de mettre les plants de laitues en terre à côté des plants de radis, de petits pois, de choux ou des haricots verts. Les salades se développeront mieux si elles sont plantées à côté des carottes, des poivrons, des tomates, des aubergines ou encore des melons. Il existe également d'autres ennemis des salades, qui sont entre autres, les pucerons, les limaces et les escargots. Puisque la récolte doit se faire au bout de 3 mois, certains ne traitent pas les cultures infectées.

Le mildiou

Appelé communément "meunier de la laitue", le mildiou de la laitue est occasionné par un champignon (*Bremia lactucae*) qui peut se développer tout au long de la culture, en



L'arrosage doit rester modéré : une à deux fois par semaine selon le climat. Évitez de mouiller les feuilles et visez plutôt les racines.



Les salades ont pour avantage de pouvoir être plantées et récoltées en toute saison. Respectez bien les périodes de semis, elles varient d'un type de laitue à l'autre.

plein air et sous abri.

Symptômes / dégâts

Les symptômes peuvent apparaître dès la levée des semis, surtout si les plantes sont trop serrées et manquent d'aération. Ils se présentent sous la forme caractéristique des mildioux, occasionnant des taches décolorées à la face supérieure des feuilles, recouvertes de feutrage blanc à la face inférieure. Ces taches sont limitées par les fines nervures, formant une mosaïque. Sur les plantes jeunes, les dégâts sont peu importants, mais pendant le mois qui précède la récolte, les feuilles âgées de la base des plantes peuvent être très atteintes.

Perte de récoltes

La maladie peut entraîner la mort des jeunes plantules dans les semis. La quantité de feuilles consommables est réduite.

Biologie

Le mildiou se transmet par la dissémination des spores par le vent ou la pluie. Les spores ont besoin d'eau pour germer et atteindre les stomates sur les feuilles. Un taux d'humidité

Semer ses salades en bref

Il vous faut :

- 1 paquet de semis de laitue-asperge
- 1 paquet de semis de mâche
- des fougères
- 1 larron
- 1 arrosoir
- 1 pelle

Comment faire ?

Vous pouvez planter vos semis à partir de mi-juillet, l'idéal étant début août. Préparez une plate-bande de terre. Mélangez directement dans le paquet la mâche et la laitue-asperge. Semez à la volée, en sachant qu'un paquet de semis du commerce correspond à 2 m² de surface. Faites légèrement pénétrer les graines à l'intérieur du sol à l'aide d'un larron, pioche à quatre dents. Aplatissez la terre avec une pelle afin de fixer les graines. Arrosez abondamment afin de maintenir les graines humides. Coupez les limbes (ou feuilles) des fougères et étendez-les sur le semis. Vous pouvez récolter vos salades à la fin de l'automne.

élevé, ou des conditions pluvieuses (rosée, éclaboussures) combinées à des températures assez fraîches (15°C) favorisent l'apparition et le développement de la maladie.

Moyens de lutte

Méthodes culturales

Choisissez des variétés moins sensibles ou résistantes. Renseignez-vous auprès du fournisseur. Assurez un bon drainage du sol. Eclaircissez bien les semis. Éliminez rapidement les parties atteintes, voire les plantes entières. Aérez les semis sous abri ou sous verre.

Outils de biocontrôle

Utilisez les décoctions préventives de prêle à deux semaines d'intervalle. L'efficacité de certaines préparations n'est cependant pas démontrée scientifiquement à ce jour.

Les autres maladies de la laitue

Les laitues sont principalement sensibles à trois maladies : botrytis, sclerotinia et rhi-

zoctonia. Botrytis et sclerotinia se manifestent par les pourritures du collet ; rhizoctonia est responsable de fontes de semis et de pourritures. Il est possible de les protéger par une action fongicide préventive.

Botrytis de la laitue

Botrytis (*Botrytis cinerea*) est une maladie particulièrement nuisible des laitues.

Symptômes et nuisibilité du botrytis : Les feuilles sous la végétation et au contact du sol sont les premières attaquées. Une pourriture humide marron à brune apparaît, elle se transmet ensuite aux autres feuilles et au collet. Les salades flétrissent alors plus ou moins rapidement, puis jaunissent et meurent. Des attaques aériennes sur les jeunes feuilles peuvent également intervenir et s'étendre à la pomme.

Facteurs favorables au botrytis : Présent en culture de plein champ et sous abri, ce champignon se développe de préférence en conditions humides (humidité supérieure à



95%) et lorsque la température est comprise entre 17 et 23°C.

Sclerotinia de la laitue

Deux espèces de sclerotinia s'attaquent aux laitues : *Sclerotinia minor* et *Sclerotinia sclerotiorum*. Elles provoquent des symptômes de pourritures, très nuisibles à la culture.

Symptômes de la sclerotinia : Ces deux champignons pénètrent dans les tissus sénescents ou morts des salades et gagnent le reste de la plante. En conditions favorables, ils produisent sur les tissus attaqués un mycélium blanc et des sclérotés qui assurent leur conservation.

Facteurs favorables à la sclerotinia : Très résistants, ces champignons, qui peuvent se maintenir plusieurs années dans le sol, se développent de préférence lorsque les conditions sont humides et pluvieuses, et ce quelle que soit la température puisqu'ils sont capables de se manifester entre 4 et 30°C (optimum un peu en dessous de 20°C).

Rhizoctone de la laitue

Symptômes et nuisibilité du rhizoctone : Présent dans de très nombreux sols, le rhizoctone (*Rhizoctonia solani*) peut être responsable de la fonte des semis et de pourritures. Plusieurs souches appartenant à des groupes différents (AG1 et AG5) ont été identifiées sur salades en France.

Facteurs favorables au rhizoctone : Son développement est favorisé par la monoculture de cultures légumières.

Les ennemis

La majorité des variétés de salade proposées sont résistantes au mildiou mais cette résistance est souvent partielle. Il existe aussi quelques variétés résistantes au puceron de la salade. Les premières séries de plantation au printemps sont souvent sensibles à l'hépiàle (chenille souterraine très vive, s'attaquant aux collets). En période humide, les limaces sont très voraces (ne jamais mettre de granulés sur la plante).

Compte tenu de la courte durée de la salade d'été, il est recommandé de ne pas traiter. Dans les cas de force majeure, on utilisera exclusivement des produits avec la mention "autorisé dans les jardins".

Finis le choix interminable devant l'étalage, finis le sachet hors de prix de feuilles jaunies et rabougries prêtes à l'emploi car la culture des salades est extrêmement simple et... sans effort !



Calendrier des cultures

Si vous décidez d'effectuer le semis dès le mois de janvier, vous obtiendrez des variétés qui résistent particulièrement à la montée en fleur. La récolte pourra donc être réalisée à partir du mois d'avril. Cultivées en été, les salades présentent des variétés plus nombreuses, à l'instar des batavias, des scaroles Grosse Bouclée, des laitues à couper et des salades diverses. La culture automnale, en revanche, présente une scarole d'une toute autre variété : le Cornet de la Loire. Les semis effectués à partir du mois de novembre, au début de l'hiver, produisent une variété de salade plus colorée dont les salades rouges.

La récolte

Récolter de 6 à 8 semaines après le semis les variétés d'été et d'automne, et 7 mois après les variétés d'hiver, au fur et à mesure des besoins et selon le développement des plantes. Attendre que les pommes soient bien formées et les couper avant qu'elles ne montent à graines. Pour avoir une seconde petite récolte, couper au-dessus du collet, même sur les laitues qui ne sont pas à couper. De jeunes feuilles tendres vont apparaître rapidement. La salade est fin prête à être consommée, lorsque son cœur est bien formé et ferme. On dit qu'elles sont « pommées » : les feuilles se sont rassemblées et ont poussées les unes intercalées aux autres.

LES FRUITS

Le fraisier est une plante dont les fruits, à la chair tendre et parfumée, évoquent l'été, le soleil et la fraîcheur. Il y a de très nombreuses variétés, amusez-vous à les planter !



Fraise

PLANTATION

Le fraisier se plante dès la fin de l'été et à l'automne, c'est ainsi la garantie d'avoir des fraises dès le printemps suivant. Septembre est souvent indiqué comme étant le meilleur mois de plantation.

Vous pourrez encore planter les fraisiers en hiver mais seulement s'il ne gèle pas. Supprimez au préalable toutes les mauvaises herbes et rendez le sol léger et riche grâce à l'apport d'un amendement ou d'un fertilisant.

Le collet doit être au niveau du sol. Pour une plantation au printemps, Commencez par apporter de l'engrais pour fraisiers dès le mois d'avril afin d'assurer le bon développement de la plante.

Distance de plantation entre les fraisiers : Il faut une certaine distance entre chaque plant afin qu'ils aient la place de se développer mais aussi éviter de trop les serrer ce qui constitue un terrain favorable au développement des maladies.

La récolte et la conservation

Il existe 2 types de fraisiers, le fraisier non remontant qui n'offre qu'un seul cycle de production de fraises et dont la récolte dure de 25 à 45 jours.

Le second type de fraisier, appelé fraisier remontant, peut, lui, produire dès le printemps et jusqu'aux premières gelées automnales.

On cueille alors les fraises bien mures tous les 2 ou 3 jours au fur et à mesure des besoins et en manipulant le fraisier avec précaution afin de ne pas abîmer les fruits restant.

On évite de cueillir les fraises encore vertes afin de leur laisser le temps de mûrir au soleil.

On privilégie d'abord la cueillette des fraises au soleil car ce sont elles qui sont en général mures avant les autres.



La distance de plantation est de 4 à 6 pieds par m², soit un pied tous les 20 à 30 cm.

L'ENTRETIEN

Il est important de supprimer les stolons au fur et à mesure. Les stolons sont les longues tiges qui viennent s'enraciner et qui puisent inutilement dans les ressources de votre fruitier.

Paillez le pied des fraisiers afin de maintenir une bonne humidité durant tout l'été.

Traitez dès le printemps contre les pucerons et contre l'oïdium.

Vous pouvez choisir un traitement global contre les maladies des fraisiers. Évitez l'utilisation de produits chimique car n'oubliez pas que les fraises seront mangées. Tous les 4 ans, redonnez de la vigueur à vos fraisiers en effectuant un marcottage du fraisier.

Arrosage

Les fraisiers sont très gourmands en eau et doivent

être arrosés régulièrement, surtout en cas de fortes chaleurs.

Mais, attention, les fraisiers n'aiment pas non plus l'excès d'eau c'est pourquoi il faut arroser régulièrement mais de manière limitée.

En été, préférez un arrosage le soir ou très tôt le matin afin d'éviter que l'eau ne s'évapore rapidement sous le soleil.

Fraisier en pot

Si vous avez une terrasse ou un balcon, il est tout à fait possible de cultiver vos fraisiers en pot ou même en jardinière et ainsi profiter de belles fraises du printemps à la fin de l'été. Vous préférerez alors une plantation au printemps plutôt qu'à l'automne en achetant des plants déjà bien formés que vous installerez dans un bon terreau mélangé à de la terre. Côté arrosage, veillez à ce que la terre soit toujours humide mais surtout jamais inondée. La coupelle du dessous ne doit pas être remplie.

Cueillez vos fraises au fur et à mesure de vos besoins et dès qu'elles deviennent mures. Une



Le fraisier se plante dès la fin de l'été et à l'automne, c'est ainsi la garantie d'avoir des fraises dès le printemps suivant.



Il existe 2 types de fraisiers, le fraisier non remontant qui n'offre qu'un seul cycle de production de fraises et dont la récolte dure de 25 à 45 jours.

Vous pourrez encore planter les fraisiers en hiver mais seulement s'il ne gèle pas.

fraise encore verte peut arriver à maturité en quelques jours seulement.

Ennemis

Les fraisiers sont assez peu sensibles aux maladies et/ou aux insectes et vous éviterez de bien mauvaises surprises en suivant ces quelques conseils. Choisissez pour cela des plants dont vous maîtrisez l'origine. Veillez à ce que les fraisiers soient sains et cultivés de préférence chez un bon horticulteur.

Ne serrez pas trop les plants car cela favorise l'apparition de champignon.

Une fois la culture du fraisier achevée, attendez au moins 3 ans avant de replanter un fraisier au même endroit.

À l'automne, pulvérisez vos plants de bouillie bordelaise en ayant préalablement nettoyé vos fraisiers des drageons et feuilles sèches.

Mais l'un des principaux parasites pour le fraisier reste les oiseaux c'est pourquoi un filet s'avère parfois nécessaire afin de préserver la récolte. Gare aux petites bêtes et aux champignons.

Traitez dès le printemps contre les pucerons et contre l'oidium. Vous pouvez choisir un traitement global contre les maladies des fraisiers.



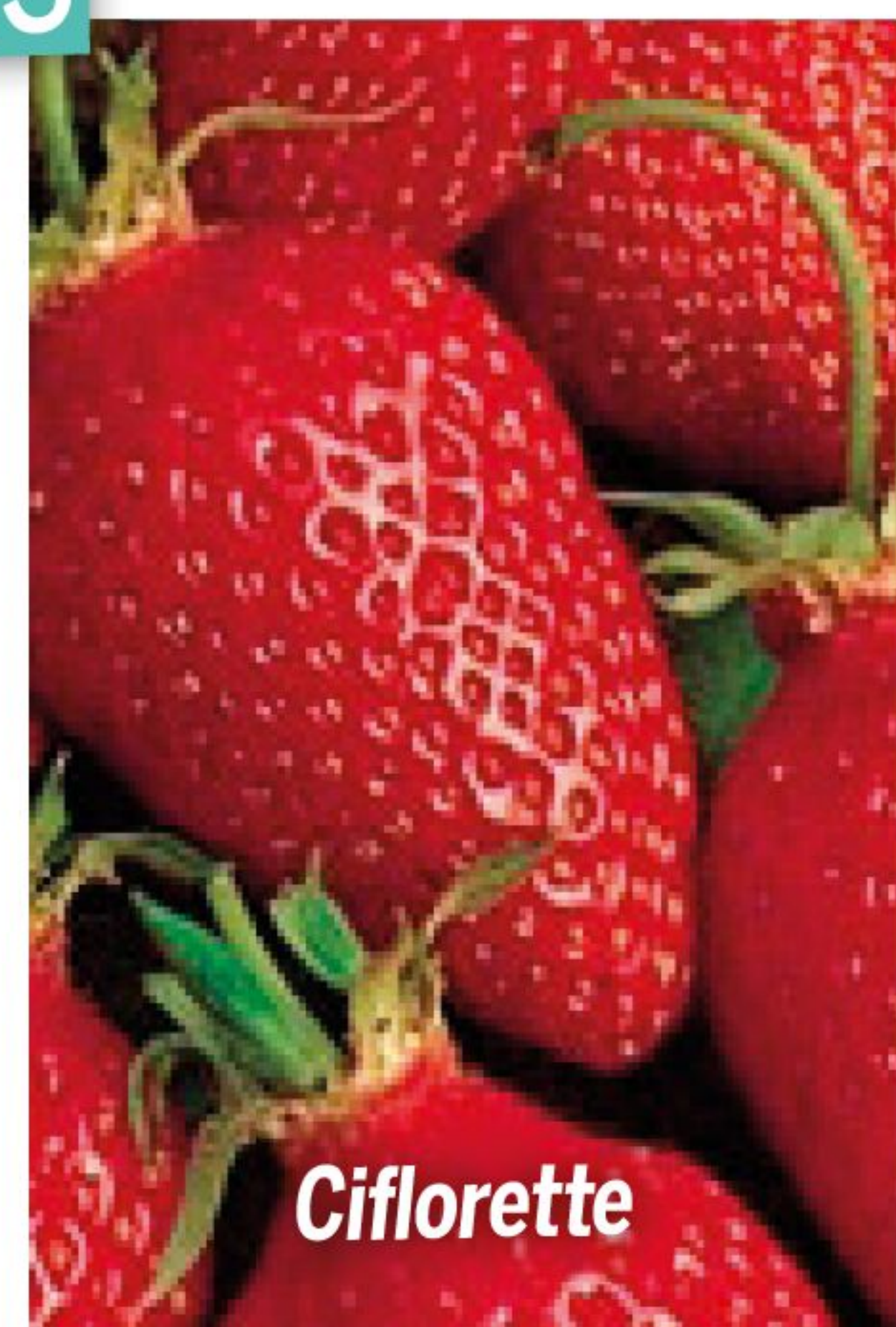
VARIÉTÉS DE FRAISES



Gariguette



Mara des Bois



Ciflorette

Mois	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin	Juillet	Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
Plant.												
Récolte												

LES FRUITS

Un fruit parfumé, sucré ou ferme, une production abondante ou étalée dans le temps, un arbuste résistant aux maladies...



Framboise

PLANTATION

Qu'il soit à racines nues ou en pot/conteneur, il est préférable de le planter le framboisier à l'automne pour favoriser l'enracinement, la reprise et donc la fructification l'année suivante.

Mais vous pourrez également planter votre framboisier jusqu'au printemps, en évitant les périodes de gel.

Le framboisier a besoin de soleil pour donner des framboises. Il aime les sols plutôt riches, un apport de compost ou amendement est recommandé lors de la plantation.

Prévoir une distance de 80 cm environ entre chaque pied. Ne pas trop enterrer le pied. Arroser généreusement après la plantation et ensuite régulièrement la première année.

L'ENTRETIEN

Facile de culture et d'entretien, le framboisier réclame néanmoins quelques soins pour bien produire.

Il faut supprimer les drageons en surnombre tout au long de l'année.

On distingue 2 types de framboisiers :



Framboisier non-remontant

Ce sont les framboisiers qui ne produisent qu'une seule fois sur le bois de l'année précédente, en général au début de l'été. Rabattre au niveau du sol, en fin d'été, les tiges ayant produit des fruits durant l'année.

Conserver 6 à 8 jeunes pousses de l'année puis les palisser pour l'année suivante.

Framboisier remontant

ce sont les framboisiers qui produisent plusieurs fois dans l'année, en général au printemps et en été.

Coupez en fin d'hiver l'extrémité des tiges ayant produit des fruits

Rajeunir des framboisiers peu productifs

Si vos framboisiers sont de moins en moins productifs au fil des ans, c'est normal, et il y a une solution pour y remédier.

En fin d'hiver, déterrer la souche et diviser la motte

Diviser les vieux pieds en ne gardant que les éclats les plus sains vigoureux

Repiquer ces éclats dans un sol

meuble, léger et enrichi (fertilisant ou terreau). Arroser régulièrement.

Ennemi

Les framboisiers méritent d'être traités avec un fongicide comme la bouillie bordelaise pour les protéger contre la pourriture grise des fruits (le botrytis), ou contre la brûlure des dards.

Ce type de traitement doit être réalisé au moment de la floraison et renouvelé 15 jours plus tard.

Les pucerons : les feuilles du framboisier s'enroulent et perdent leur couleur d'origine. Le ver des framboises : Un bon espacement entre les plants, un apport d'engrais au printemps et un bon palissage suffisent en général à contenir les attaques de parasites.

VARIÉTÉS

On distingue deux types de framboisiers.

Les framboisiers non-remontants, qui fructifient en juin-juillet sur les pousses de l'année précédente :

« Malling Promise » : excellent

La récolte et la conservation

La récolte des framboises commence en juin. Pour les variétés remontantes, une deuxième récolte a lieu en septembre et se prolonge tardivement. La récolte des mûres s'étale d'août à octobre selon les variétés et les régions. Les signes qui annoncent le bon moment :

Les framboises sont parfaitement rouge ou jaune selon les variétés.

La cueillette

Prenez le fruit entre les doigts sans trop le serrer et tirer légèrement vers le bas pour le désolidariser de son réceptacle. Que ce soit pour les mûres ou pour les framboises, les fruits sont très fragiles et doivent être manipulés avec beaucoup de précaution lors de la cueillette. Un fruit abîmé se gâte très rapidement. Il faut bien étaler les fruits en attendant de les manger car les mûres et les framboises s'écrasent facilement.



Qu'il soit à racines nues ou en pot/conteneur, il est préférable de le planter le framboisier à l'automne.



Le framboisier aime les sols plutôt riches, un apport de compost ou amendement est recommandé lors de la plantation.

Attention au ver des framboises! Traitez au printemps avec un insecticide utilisable en agriculture biologique.

fruit de table mais supporte mal le transport. Il est vigoureux et réussit plus facilement sur les sols non calcaires.

« Malling Exploit » : gros fruits rouges, pousse partout sauf par climat trop sec.

« Golden Queen » : variété ancienne, sensible au botrytis (champignon nuisible), produit des fruits blancs en juillet.

« Amber » : fruits jaunes d'or clair (les oiseaux ne les apprécient pas, ils sont plus attirés par la couleur rouge). Plante assez peu épineuse.

Les framboisiers remontants, qui fructifient en juillet, puis en septembre :

« Zeva » : peu épineux, gros fruits fermes et savoureux, remonte vite en sol riche. Nul besoin de le palisser.

« September » : saveur acidulée, donne une deuxième récolte quasi aussi importante que la première. Il se satisfait de tous les sols, même lourds.

« Autumn Bliss » : gros fruits précoces.

« Héritage » : fruits fermes et sucrés, résistent bien à la congélation, remontent vigoureusement en septembre.

Prenez le fruit entre les doigts sans trop le serrer et tirer légèrement vers le bas pour le désolidariser de son réceptacle.



VARIÉTÉS DE FRAMBOISES



Malling Promise



Autumn Bliss



Héritage

Mois	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin	Juillet	Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
Plant.												
Récolte												

LES FRUITS

Le groseillier aussi appelé raisinet offre de merveilleuses petites groseilles durant l'été.

La plantation, la taille et l'entretien sont autant de gestes qui amélioreront la récolte.



Groseilles

PLANTATION

Il est recommandé de planter le groseillier à l'automne ou jusqu'au printemps en évitant les périodes de gel.

Si vous plantez au printemps, prenez soin d'arroser plus généreusement durant les premiers mois car votre arbuste en aura plus besoin pour s'enraciner durant les mois d'été.

En haie, respectez une distance de 150 cm entre chaque pied. Préférez les situations plutôt ensoleillées.

Dans tous les cas, privilégiez un sol riche et n'hésitez pas à apporter un amendement au sol lors de la plantation.

Le groseillier aime les sols plutôt bien drainés.

L'apport de fumier, d'un amendement organique ou de compost est un vrai plus à la plantation.

L'ENTRETIEN

Arrosage

Une fois bien installé, l'entretien du groseillier est relativement facile.

Bien tailler le groseillier : Le meilleur moment pour tailler un groseillier à grappes ou un raisinet se situe vers la fin de l'hiver, idéalement au mois de février-mars. Le temps doit être plutôt doux et sec, sans risque de gelées.



La taille doit être assez sévère : Aérez d'abord le centre de l'arbuste car la lumière qui y pénètre est déterminante. Supprimez les branches qui s'entremêlent.

Équilibrez le reste de l'arbre pour lui donner une belle forme en gobelet.

Supprimer enfin le plus vieux bois, on parle des tiges qui ont plus de 3 ans et qui deviennent peu productives.

L'arrosage du groseillier doit être régulier :

Le groseillier a besoin d'eau pour bien fructifier.

Il convient donc d'arroser régulièrement et de mettre un paillage au pied de l'arbuste pour conserver l'humidité dans le sol durant l'été.

Un apport d'engrais est un plus chez le groseillier :

S'il n'est pas indispensable, l'apport d'un engrais pour petits fruitiers améliorera significativement la qualité et la quantité des groseilles.

ENNEMIS

Le groseillier est globalement assez résistant aux maladies,

surtout si vous choisissez des variétés résistantes.

Le meilleur moyen d'éviter les maladies sur vos groseilliers est de leur apporter les éléments nutritifs nécessaires au printemps grâce à l'apport de compost ou d'un amendement du type fumier et algues.

Un traitement préventif à la bouillie bordelaise en fin d'hiver permet aussi d'éviter bon nombre de champignons.

L'oidium : feutrage blanc sur tout ou partie de la plante et notamment sur les feuilles.

La rouille : pustules orange brun sous les feuilles

Les pucerons : les feuilles s'enroulent et perdent leur couleur d'origine

Les cochenilles :
Lutte et traitement bio.

VARIÉTÉS

Le groseillier à grappes (*Ribes rubrum*) est un très rustique arbuste buissonnant de 1 m à 1,50 m. Les baies qu'il porte peuvent être de diverses couleurs : rouge (comme "Jonkher Von Tets", à la chair acide, juteuse et très parfumée et qui est la variété la plus

La récolte et la conservation

La récolte des groseilles se fait entre juin et août selon les variétés et les espèces.

Le pire ennemi des groseilles reste les oiseaux qui peuvent anéantir une récolte, c'est pourquoi il faut protéger les groseilliers avec un filet.

On peut prévoir entre 2 et 5 kg par pied et la cueillette s'effectue à complète maturation afin d'avoir des fruits de qualité.

Sachez que les fruits qui sont à l'intérieur de votre groseillier mettront plus de temps à mûrir et pourront être cueillis plus tard.



Dans tous les cas, privilégiez un sol riche et n'hésitez pas à apporter un amendement au sol lors de la plantation.



Récoltez vos pois, au fur et à mesure des besoins, de mai jusqu'à mi-octobre.



Ces petits fruits sont autofertiles, cependant certaines variétés nécessitent un pollinisateur pour une meilleure productivité.

cultivée en France) mais également rose (telle "Gloire des sablons", couleur chair, ou "Hollande rose") voire blanche ("Versaillaise blanche", "Cerise blanche"...). Ces grappes sont récoltées à complète maturité afin que les fruits atteignent une teneur en sucre maximale.

Le groseillier à maquereaux (*Ribes uva-crispa*) camoufle, derrière ses branches épineuses, de grosses baies translucides, glabres ou velues et de diverses colorations. Certaines variétés peuvent ainsi être blanches ("Justicia"), jaunes ("Early sulphur"), roses ("Fredonia"), rouges ("Prince régent") voire vertes ("Careless"). "Brunio", fruit issu du croisement d'un cassissier et d'un groseillier à maquereaux présente des fruits violacés.

Ces groseilles sont récoltées à la main entre juillet et août.

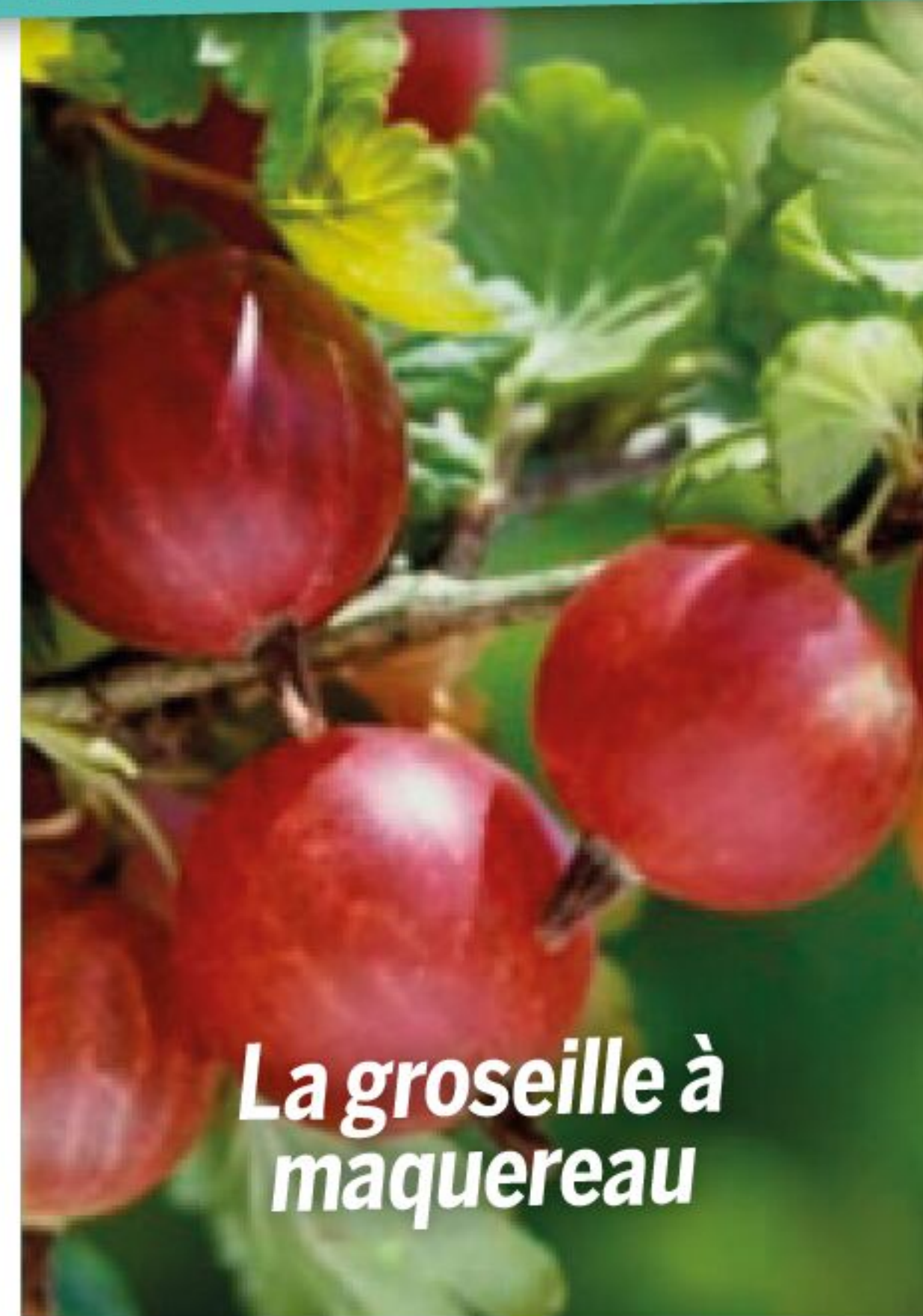
Sachez que les fruits qui sont à l'intérieur de votre groseillier mettront plus de temps à mûrir et pourront être cueillis plus tard.



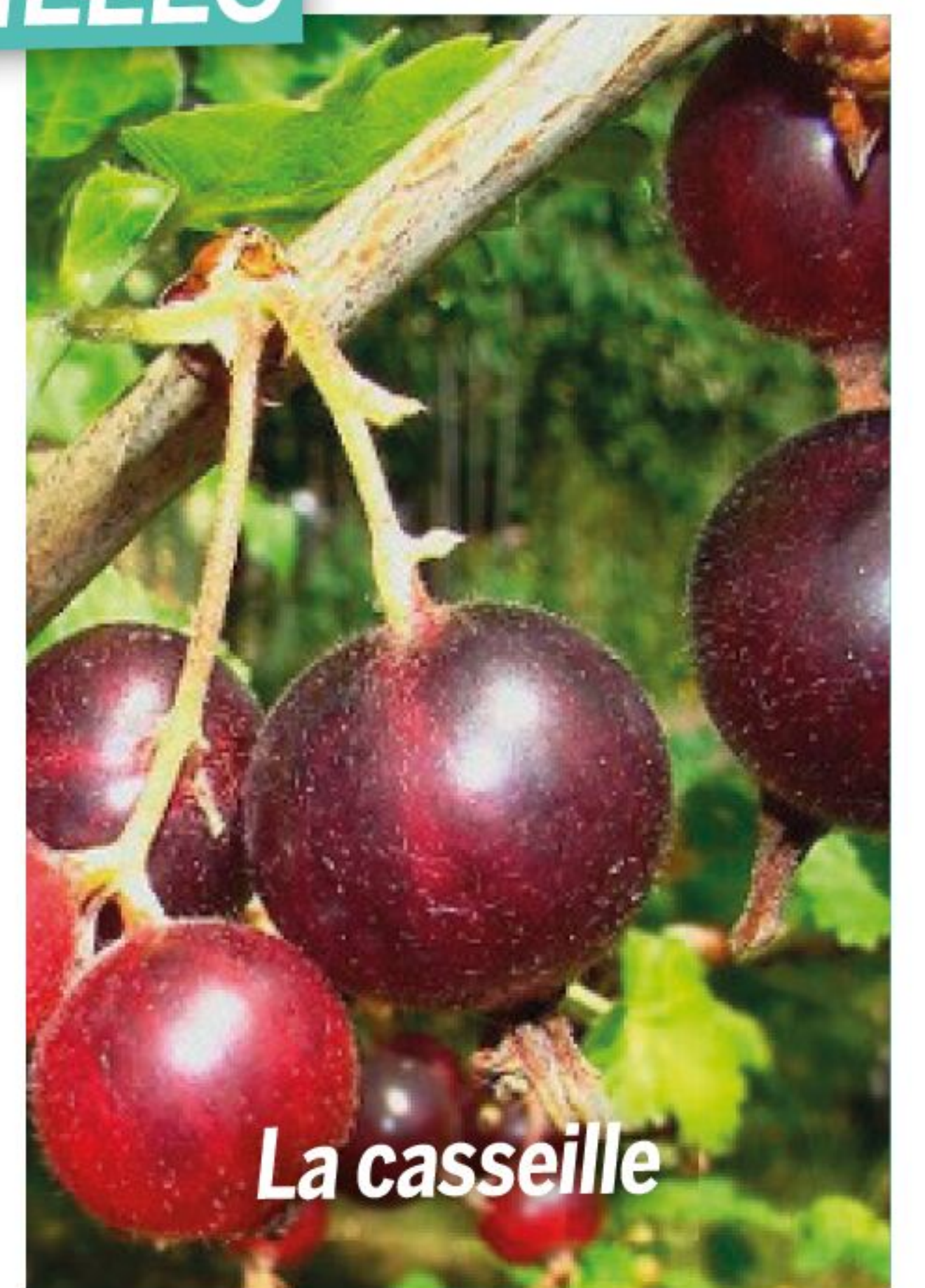
VARIÉTÉS DE GROSEILLES



La groseille rouge



La groseille à maquereau



La casseille

Mois	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin	Juillet	Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
Plant.												
Récolte												

LES FRUITS

Le mûrier offre de délicieuses mûres à condition de bien l'entretenir.

Plantation, taille et entretien, voici les gestes pour avoir une belle récolte de mûres.



Mûres

PLANTATION

Qui ne connaît pas les ronciers de nos campagnes, objet dès le mois d'août de toutes les convoitises de nos cuisiniers et cuisinières avertis?

Qui ne garde pas, secrètement et même jalousement, les emplacements les plus fructifères, pour s'y rendre en cachette et pouvoir faire la confiture de mûres ou la gelée de mûres de ses rêves!

L'ENTRETIEN

Il se plante de préférence à l'automne, mais aussi jusqu'au printemps en dehors des périodes de gel.

Respectez une distance d'un mètre minimum entre chaque plant.

Cinq plants suffiront à vous gratifier très rapidement d'une récolte abondante pour toute la famille.

Choisissez un endroit ensoleillé et palissez-les.

La meilleure période pour planter un arbre ou un arbuste reste l'automne mais il est tout à fait possible de planter en hiver, hors période de gel ou au printemps avant les grosses chaleurs de l'été.

Si vous plantez au printemps vous devrez prévoir un arrosage plus régulier la première année suivant la plantation.

Émiettez la terre qui a été retirée. Vérifiez qu'il n'y ait plus de morceaux, type cailloux ou morceaux de bois.

Creusez un trou de diamètre 4 à 5 fois supérieur à celui de la

motte que vous allez planter. Mélangez cette terre avec du terreau plantation et un amendement organique du type Vous pouvez également ajouter du sable si votre sol est peu drainant.

Mettez éventuellement la motte dans un seau d'eau afin de réhydrater la terre et les racines de l'arbre.

Griffez les racines légèrement et sans les abîmer afin de les détacher les unes des autres si elles sont trop croisées. Mettez un peu d'engrais organique ou un fertilisant en mélange à votre terreau au fond du trou.

Disposez votre arbre au milieu du trou en prenant soin d'étaler les racines au fond.

Comblez le trou avec le mélange que vous avez préparé (terre + tourbe + amendement) Tassez légèrement le sol.

Arrosez abondamment et régulièrement la 1^{re} année suivant la plantation.

Pour les arbres ou arbustes de plus d'1 m de haut, il faut mettre un tuteur.

Cela évite qu'il ne se plie et se casse sous l'effet du vent.

VARIÉTÉS

Les mûres sauvages

On trouve la mûre sauvage dans les haies de ronces à la fin de l'été. Plus acidulée et moins sucrée que la mûre cultivée, elle est aussi plus parfumée et plus riche en fibres. Les baies sauvages sont plus petites que celles des variétés cultivées.

Les mûres de culture

Les ronces fruitières sont issues d'une amélioration variétale de la ronce commune. Parmi les variétés de mûres commercialisées en France figurent la Perle Noire, l'Himalaya et la Thornless evergreen.

La mûre - sauvage ou de culture : petit fruit de la ronce commune, du genre botanique *Rubus*. C'est celui qui nous intéresse ici.

La mûre, fruit du mûrier blanc ou noir, du genre botanique *Morus*, l'arbre des vers à soie ! Elle se mange aussi mais est très peu commercialisée.

Loch Ness

Le feuillage persistant, sans

La récolte et la conservation

La mûre est un fruit fragile. Dans sa barquette, elle doit être intacte et sans traces de meurtrissures. Si vous pouvez, jetez un coup d'œil sous la barquette pour vérifier qu'aucun fruit n'est écrasé, accélérant ainsi la dégradation des autres baies.

Cueillie à bonne maturité, la mûre cultivée doit être tendre, presque molle.



La meilleure période pour planter un arbre ou un arbuste reste l'automne mais il est tout à fait possible de planter en hiver.



La mûre est un fruit fragile. Dans sa barquette, elle doit être intacte et sans traces de meurtrissures.

Qui ne connaît pas les ronciers de nos campagnes, objet dès le mois d'août de toutes les convoitises de nos cuisiniers?

épines, peut dépasser 3 m de hauteur. Les gros fruits brillants, fermes et d'une délicate saveur, se récoltent de la mi-juillet à la fin août et se transforment en d'exquises gelées et confitures.

Si vous pouvez, jetez un coup d'œil sous la barquette pour vérifier qu'aucun fruit n'est écrasé, accélérant ainsi la dégradation des autres baies.



Triple Crown

Les fruits géants, abondants, juteux, sucrés, de bonne qualité gustative, sont parfaits à préparer en gelée ou en confiture. La cueillette se fait en août et septembre, sur une plante, sans épine, qui atteint 2m de hauteur.

Jumbo

Cette variété produit de gros fruits exceptionnellement juteux! Les branches, sans épines, mesurent environ 3 m de hauteur. La cueillette, en août, est rapide, et les confitures sont délectables, car très parfumées!

Thornfree

Les longues branches sans épines peuvent atteindre 4 m de hauteur et tapisser une pergola. Elles se couvrent, de début août à la mi-septembre, d'énormes fruits noirs juteux et savoureux. Le rendement est remarquable.

VARIÉTÉS DE MÛRES



Loch Ness



Triple Crown



Jumbo

Mois	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin	Juillet	Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
Plant.												
Récolte												

Vous adorez jardiner et êtes toujours à l'affût de trucs et astuces, de petits gestes efficaces pour embellir et entretenir vos plantes, pour lutter contre les nuisibles et enrayer les maladies des végétaux.

Prendre soin de s



Nourrir ses plantes d'intérieur

L'eau de cuisson des œufs durs est très riche en calcium et autres éléments minéraux, alors ne la jetez plus. Quand cette eau a refroidi, arrosez les plantes avec cet engrais naturel, elles en seront ravies !

MAIN VERTE AU NATUREL

Pour ranimer un bouquet de fleurs qui flétrit

Trempez une petite partie de leurs tiges quelques secondes dans l'eau bouillante, et coupez immédiatement la partie qui a été immergée puis remettez votre bouquet dans un vase avec de l'eau fraîche. Vous allez prolonger sa vie de quelques jours.

Collants usés pour bulbes préservés

Ne jetez plus les vieux collants ! Glissez délicatement ces bulbes, en laissant un peu de terre autour, dans les jambes de collants, accrochez-les dans un endroit frais (surtout pas humide). Ainsi, ils ne s'abîmeront pas en étant superposés, les uns sur les autres dans une caisse !

Activer la germination des graines

Pour hâter la germination des graines, mettez-les au congélateur pendant 15 jours avant la plantation. Après leur séjour au froid, elles « croient » que l'hiver est fini et que c'est le printemps et donc... elles germent !

Planter des bulbes

En automne, lorsqu'il fait doux, on plante les bulbes pour avoir des roses au printemps suivant. Il ne faut pas les aligner de façon trop symétrique comme on a tendance à le faire. Il vaut mieux que les fleurs sortent un peu en désordre. Pour cela, groupez et rapprochez les bulbes.



on jardin



Anti-taupes écolo!

Les taupes n'aiment pas les chats! Pour en finir avec les taupes qui commencent à s'activer dès les redoux dans votre jardin, versez dans les galeries et taupinières de la litière usagée des chats. Ainsi, vous les ferez fuir de manière écologique.



En finir avec le chiendent sans herbicide

Pour venir à bout du chiendent envahissant de façon définitive, coupez plusieurs grosses tiges de la mauvaise herbe et dans le bout de tige restant sur le pied, mettez du gros sel de cuisine, il brûlera la plante de l'intérieur.

Pour multiplier la lavande et les hortensias sans avoir les graines

Pour la lavande, il faut un pied adulte, le tailler et récupérer les « tailles » pour les trier. Ne prenez que les tailles sur lesquelles il y a un nœud. Plantez ces nœuds dans un terreau humide et veillez à ce qu'il le reste jusqu'à obtention de racines. Et pour multiplier les hortensias, prenez des extrémités de branches (pas celles où il y a la fleur), sur une dizaine de cm, raccourcissez les feuilles de moitié puis dégagez la tige. Plantez dans le terreau humide jusqu'à obtention de racines..



Protéger les rosiers

Quand on veut protéger ses rosiers, on peut se préparer un mélange naturel qui les aidera à rester sains. Il faut mettre un kilo de prêle sèche dans dix litres d'eau et faire bouillir le tout pendant une heure. Une fois le mélange refroidi, passez-le mélange avec un pulvérisateur sur les plantes.

Protéger les jeunes pousses du gel

Ajoutez à un litre d'eau vingt grammes de glycérine et dix grammes d'alcool à brûler. À l'aide d'un pulvérisateur, vaporisez ce mélange sur les branches de vos arbustes dès que le froid se fait sentir. Les jeunes pousses seront protégées du gel, elles seront plus combatives face aux rigueurs de l'hiver!



Bien conserver ses graines

Pour conserver vos semences, mettez-les dans des enveloppes, pas dans des sachets en plastique où il se crée de la condensation.

Noyaux à mettre au fond des pots

Ne jetez pas les noyaux de fruits, faites-les sécher, lavez-les et stockez-les afin de remplacer les billes d'argile qui servent à l'irrigation et à l'aération. À mettre au fond des pots de plantes, ils durent au moins 2 ans.

Se débarrasser des mauvaises herbes entre les dalles

Pour éviter d'avoir des mauvaises herbes entre vos dalles de terrasse, mélangez du gros sel avec de l'eau tiède et versez le mélange sur vos dalles.

Cendres de cheminée pour salades

Ne jetez pas les cendres de cheminée ! Il faut les répandre autour des semis de salade : les limaces ne les mangeront plus puisqu'elles n'arrivent pas à glisser sur les cendres.

Ail germé ? On ne jette pas !

En fin d'hiver, les gousses d'ail germent et n'ont plus grand intérêt en cuisine, mais ne les jetez pas ! Mettez les gousses d'ail en terre dans une jardinière, la pointe vers le haut. Un régal au moment de la récolte ! Quelques semaines plus tard pousseront des tiges appelées « aillets », qui sont un délicieux condiment, très utilisé dans le Sud-Ouest. Vous pouvez en congeler une partie pour retrouver leur parfum dans les salades ou les sauces en hiver.



Pour éradiquer les hannetons

Ces insectes sont de la famille des coléoptères nocturnes, ils se nourrissent de feuilles. Au stade de larves ou de vers blancs, ils mangent toutes les racines. Ils font de vrais dégâts. Pour les éradiquer, répandez du gros sel directement sur la terre, puis bêchez et ratissez.

5 astuces pour se débarrasser des fourmis

1. Pressez un citron sur les zones où elles entrent et laissez quelques pelures ; elles détestent son odeur.

2. Déposez également autant de pièces de 5 centimes d'euros

que d'endroits où elles se trouvent ; elles détestent le cuivre !

3. Tracez un trait à la craie, elles ne le traverseront pas !

4. Disposez une petite coupelle remplie de feuilles

de basilic dans les endroits privilégiés des insectes.

Elles ne le supportent pas !

5. Pulvérisez du vinaigre blanc sur les lieux de passage des fourmis : terrasse, fenêtre, cuisine, etc.



Une plante flottante contre l'eau verte

Généralement, l'eau de bambou est toujours verte au bout de 2 jours. Il faut ajouter une plante aquatique : la jacinthe d'eau. Au bout d'un mois, plus besoin de changer l'eau ! Les bambous seront magnifiques et les jacinthes aussi.

Préserver les plantes lorsqu'on s'absente !

Arrosez chaque plante, puis déposez le pot bien égoutté dans un sac en plastique. Refermez ensuite celui-ci, le plus hermétiquement possible, en prenant soin de laisser les feuillages en dehors du sac.

Cultiver vos pommes de terre dans un tonneau

Posez le tonneau sur un lit de terreau, plantez trois pommes de terre à 20 ou 30 cm de distance en triangle (dans le tonneau) et butez-les au fur et à mesure qu'elles poussent, jusqu'au-dessus du tonneau.

Pour planter des rhododendrons dans une région calcaire

Creusez un grand trou, tapissez le fond du trou de plastique (assez épais), faites quelques trous au fond pour le drainage et remplissez de terre de bruyère : les racines ne seront pas en contact avec le calcaire !



Protéger les plantes des escargots

Quand on a un beau jardin et que l'on veut protéger les plantes des escargots, il y a une règle simple à appliquer : il faut épandre sur le sol un matériau poudreux ou assez rugueux. Ainsi, les escargots ne pourront pas ramper vers la plante.

Compost en ville

Les moyennes et grandes villes qui ont opté pour le tri sélectif et, en particulier, la récupération des déchets verts (tonte de pelouse, petites branches, mais aussi épluchures diverses en cuisine), mettent de plus en plus à disposition de leurs habitants du compost fabriqué à partir de ces mêmes déchets recueillis. En général, deux dates sont prévues pour cette redistribution. Il faut alors ne pas manquer la date de distribution de compost, bien sûr.



Accélérer la décomposition des feuilles mortes

Passez la tondeuse sur les feuilles tombées des arbres pour les réduire avant de les mettre dans le compost pour accélérer leur décomposition.

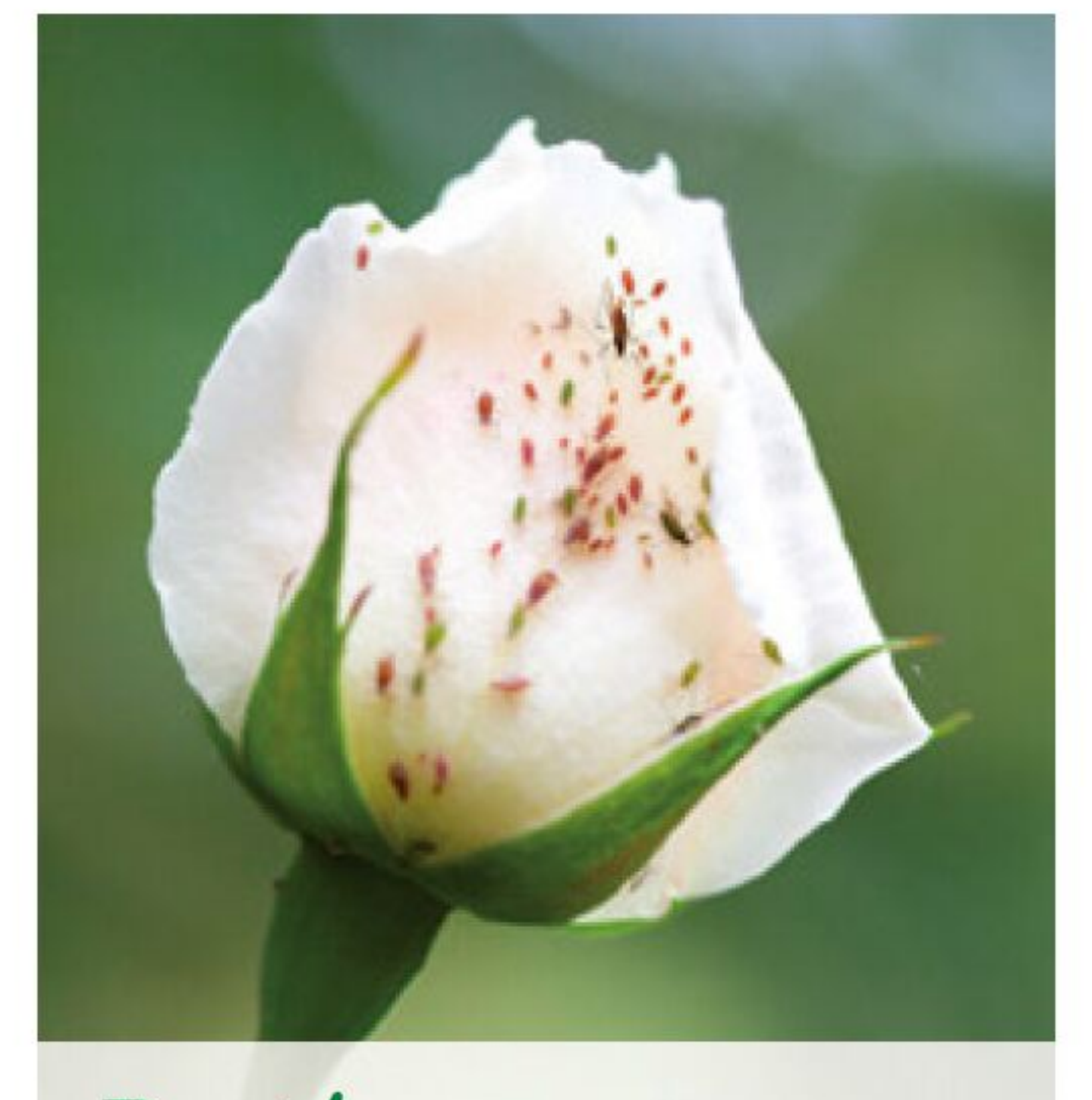


Protéger les arbres fruitiers des oiseaux

Suspendez dans votre arbre fruitier (en quantité suivant la taille de l'arbre) de l'oignon ou de l'ail coupé en deux ; les oiseaux n'en aiment pas l'odeur. À renouveler aussitôt après une forte pluie.

Planter des variétés pour en protéger d'autres

Par exemple, les rues servent de répulsifs au printemps. L'armoise éloigne les chenilles et les pucerons. La sauge sclarée fait partir les fourmis. Les œillets d'Inde chassent les pucerons et autres insectes nuisibles. Il faut les planter dans les potagers.



Protéger les rosiers des pucerons

Plantez des capucines à proximité. Les pucerons en raffolent et se concentrent dessus, laissant tranquilles les rosiers et toutes les autres plantes sensibles ! Un moyen de protection écologique des rosiers !



Replanter des fraisiers

Coupez les stolons avant floraison au ras du pied et installez-les dans un coin ombragé du jardin avant de leur donner une place définitive à l'automne prochain. En revanche, une fois qu'ils seront « grands », on leur donnera une place privilégiée au soleil ; l'ombre est juste pour les « bébés » fraisiers ! On

peut aussi « planter » les stolons directement dans des godets remplis de terreau pour les implanter ensuite ailleurs.

Arroser le moins possible les haricots

Arrosez les haricots un minimum, sinon les graines pourrissent et ne lèvent jamais. Le plus souvent, un arrosage juste après le semis suffit.



Le choix du rosier en pot

Si vous n'avez pas la chance de posséder un jardin, rien ne vous empêche de cultiver un rosier en pot sur votre terrasse ou votre balcon. Avec quelques soins appropriés et en respectant de simples paramètres, vous pourrez bientôt profiter pleinement de la beauté de ces fleurs exceptionnelles et de leur parfum légendaire. Tout dépendra de la place que vous pourrez accorder à votre plante

et donc à la taille du pot. La majorité des rosiers modernes acceptent ce mode de culture, évitez simplement de planter un rosier grimpant à fort développement. Pour les petits espaces, le choix se portera sur les rosiers miniatures ou les rosiers couvre-sol qui ont un développement moindre. La culture d'un rosier buisson est tout à fait envisageable si vous l'installez dans un pot assez profond.

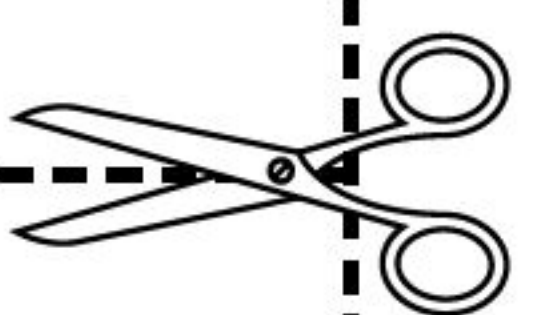
Planter et cultiver le romarin



Planter et cultiver la sauge



Planter et cultiver Le romarin



Nom : Romarin
Nom latin : Rosmarinus officinalis
Famille : Lamiacées
Type : Arbuste, plante condimentaire
Hauteur : 1 à 1,5 m
Exposition : Ensoleillée
Sol : Ordinaire mais pas trop lourd
Feuillage : Persistant
Récolte : Janvier à décembre

Planter et cultiver

Entretien : Facile
Besoin en eau : Faible
Croissance : Lente
Multiplication : Semis Bouturage
Résistance au froid : Résistante
Type de sol : Sol calcaire Sol caillouteux Humus Terreau
PH du sol : Sol alcalin Sol neutre Sol acide
Humidité du sol : Sol drainé Sol sec
Anti-insectes : Mouches
Densité : De 1 à 10 pieds au m² selon la hauteur de la variété

Planter et cultiver la sauge



Nom : Sauge
Nom : officinalis
Famille : Lamiacées
Type : Vivace ou annuelle
Hauteur : 30 à 120 cm
Exposition : Ensoleillée
Sol : Léger, bien drainé
Floraison : mai à octobre
Récolte : Toute l'année

Planter et cultiver

Entretien : Facile
Besoin en eau : Faible
Croissance : Rapide
Multiplication : Semis **Division :** Bouturage Marcottage
Résistance au froid : Résistante
Type de sol : Sol calcaire Sol caillouteux Humus Terreau
PH du sol : Sol alcalin Sol neutre
Humidité du sol : Sol drainé Sol sec
Anti-insectes : Mouches
Densité : 3 pieds au m²

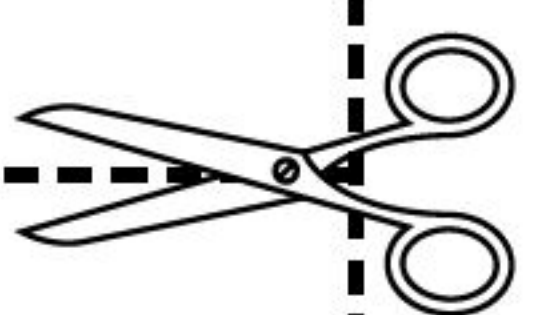
Planter et cultiver le basilic



Planter et cultiver la menthe



Planter et cultiver Le basilic



Nom : Basilic
Nom latin : Ocimum basilicum
Famille : Lamiacées
Type : Plante aromatique

Planter et cultiver
Entretien : Modéré
Besoin en eau : **Moyen**
Croissance : Normale
Multiplication : Semis Bouturage
Résistance au froid : Fragile
Type de sol : Sol sableux Sol caillouteux Humus
Terreau
PH du sol : Sol neutre
Humidité du sol : Sol drainé
Anti-insectes : Moustiques
Mouches
Densité : 5 pieds/m²

Planter et cultiver la menthe



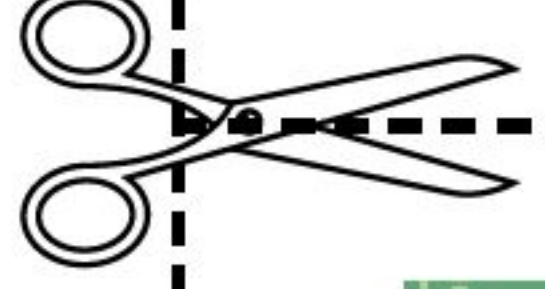
Nom : menthe
Nom latin : Mentha
Famille : Lamiacées
Type : Plante aromatique

Planter et cultiver
Entretien : Facile
Besoin en eau : Moyen
Croissance : Rapide
Multiplication : Division Bouturage
Résistance au froid :
Résistante
Type de sol : Sol argileux Humus Terreau
PH du sol : Sol neutre
Humidité du sol : Sol humide
Anti-insectes : Moustiques

**Planter et cultiver
l'oignon**



**Planter et cultiver
la carotte**



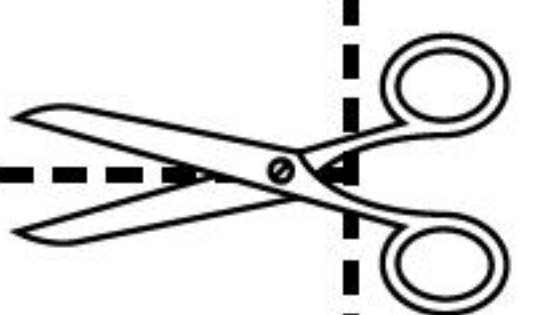
Planter et cultiver l'oignon



Nom : Oignon
Nom latin : Allium cepa
Famille : Liliacées
Type : Vivace, bisannuelle
Hauteur : 80 à 100 cm
Exposition : Ensoleillée
Sol : Léger, drainé
Floraison : Avril à septembre

Planter et cultiver

Entretien : Facile
Besoin en eau : Faible
Croissance : Normale
Multiplication : Semis
Résistance au froid : Résistante Moyenne
Type de sol : Sol calcaire Sol sableux
PH du sol : Sol alcalin Sol neutre
Humidité du sol : Sol drainé
Densité : 80 pieds/m²



Planter et cultiver la carotte



Nom : carotte
Nom latin : Daucus carota
Famille : Apiacées
Type : Légume bisannuel

Hauteur : 20-30 cm
Exposition : Ensoleillée et mi-ombre
Sol : Sableux et léger
Récolte : 3 à 6 mois selon variété

Planter et cultiver

Entretien : Facile
Besoin en eau : Moyen
Croissance : Lente
Multiplication : Semis
Résistance au froid : Résistante
Type de sol :
Sol sableux Humus
PH du sol : Sol neutre
Humidité du sol : Sol drainé

Mettez la nature dans votre assiette

Introduisez les plantes sauvages
de nos campagnes et forêts
dans votre vie quotidienne.
Les reconnaître, les cueillir,
les préparer...



Vient de paraître

Cuisiner les baies sauvages

50 recettes automnales

Cynorhodons, prunelles,
sureau noir, cenelles, mûres :

50 recettes sucrées, salées,
équilibrées et pleines de vitamines

N°1276 - 120 pages - Prix franco = 22 €



Les plantes sauvages
Alimentation, outil, soin,
hygiène corporelle...

190 pages

N°1221 - Prix franco = 22 €



Cuisiner l'ail des ours

50 recettes printanières :
chips, boulettes, tourte,
crackers, sel, aromates,
pain, tartes, pesto...

120 pages

N°1256 - Prix franco = 22 €



Arbres de nos forêts
et campagnes

Les récolter

et les utiliser facilement

190 pages

N°1234 - Prix franco = 22 €



Cuisiner l'ortie

50 recettes Santé

Velouté glacé, galettes,
boissons, « Energy balls »...

120 pages

N°1274 - Prix franco = 22 €



Recréez le jardin
de nos Anciens

Mettez dans votre potager
tout le savoir
de nos Anciens

pour bien vivre aujourd'hui !

140 pages

N°1275 - Prix franco = 22 €

Bon de commande à renvoyer à : LAFONT PRESSE
53 rue du Chemin Vert - 92100 Boulogne-Billancourt

Coordonnées complètes :

Signature
Cachet

vous commande les ouvrages dont les n° suivent :

Ci-joint mon règlement par chèque ou CCP de € à l'ordre de LAFONT PRESSE

Règlement par CB : N° ____ / ____ / ____ / ____ Validité : ____ / ____ N° crypto. : ____